

УДК 159.9

DOI 10.31494/2412-9208-2023-1-3-108-117

THE PSYCHOLOGICAL STATE OF PARTICIPANTS OF THE EDUCATIONAL PROCESS OF BERDIANSK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY: THE RESULTS OF THE MONITORING STUDY

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ БЕРДІАНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ: РЕЗУЛЬТАТИ МОНІТОРИНГОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Iryna CHEREZOVA,

PhD in Psychology, Associate
Professor

irina.cherezova69@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6155-6297>

*Berdiansk State Pedagogical
University,*

✉ 4, Schmidta st., Berdiansk,
Zaporizhzhia oblast, 71100, Ukraine
(temporarily relocated to:
66, Zhukovsky st., Zaporizhzhia,
69000, Ukraine)

Ірина ЧЕРЕЗОВА,

кандидат психологічних наук,
доцент

*Бердянський державний
педагогічний університет,
✉ вул. Шмідта, 4, м. Бердянськ,
Запорізька обл., 71100, Україна
(тимчасово переміщений за
адресою: вул. Жуковського, 66,
м. Запоріжжя, 69000, Україна)*

Original manuscript received: November 01, 2023

Revised manuscript accepted: November 19, 2023

ABSTRACT

The article deals with the issues of studying the psychological state of participants in the educational process. The comparative and structural analysis of the material presented is carried out. It is emphasized that the study of human mental states in wartime is an urgent problem of modern psychological science. The mental state is an indicator of individuality and its most characteristic feature is a high degree of subjectivity.

The current state and trends in the development of this problem are determined. Different approaches to the interpretation of this psychological phenomenon are traced. It is emphasized that the need to study human mental states is associated with the use of a systematic approach to their description and analysis.

The results of an experimental study of the psychological state of participants in the educational process of Berdiansk State Pedagogical University in the conditions of war are analyzed. A negative trend in the general psycho-emotional state and an increase in the intensity of a number of individual states that can be interpreted as markers of the mode of human life in the realities of today are proved. Methodological recommendations for harmonizing the state of psychological health in wartime are provided. Attention is focused on the need for psychological support for all participants in the educational process.

It is concluded that there is an urgent need to identify conditions that form complexes and have a stable expression at all levels of a person's life. Taking into account the peculiarities of the structure of complexes of mental states and personal characteristics in a particular type of activity details the causes of disorders of a certain type of activity, allows for the further targeted application of psychocorrectional means

and ensures the effective provision of psychological support to all participants in the educational process.

Keywords: *a mental state, a stress, a morale, an exhaustion, the higher education students, the participants of the educational process, the higher education institution.*

Актуальність. Війна стала особливим викликом для всіх громадян України і, на жаль, частиною нашого повсякденного життя. У контексті життєвих криз особистості війна є вагомим психотравмувальним фактором та несе в собі загрозу соціальної дезадаптації, нервово-психічних та психосоматичних зривів. Однією з вразливих категорій суспільства є учасники освітнього процесу, які більш, ніж будь-коли раніше, потребують психологічної підтримки і допомоги.

Імплементуючи основні положення Закону України «Про освіту» (2017) в свою діяльність, Міністерство освіти і науки України є ініціатором низки заходів щодо застосування сучасного науково обґрунтованого підходу в наданні психологічної допомоги учасникам освітнього процесу (консультативно-методична допомога, пропагандистсько-просвітницька робота та ін.). Так, у листі МОН «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» (2022) наголошується, що одним із важливих пріоритетів в діяльності закладів освіти є забезпечення психологічної стійкості учасників освітнього процесу в період російської воєнної агресії (Міністерство освіти і науки України [МОН], 2022).

Відомо, що чинники соціальної дійсності впливають на психічні стани особистості через систему мікросоціальних умов, серед яких особливе місце посідають умови життєдіяльності. На жаль, війна зумовлює численні травматичні події, які впливають на весь спектр сфер особистості.

В Українському інституті майбутнього відзначають негативні тенденції в психоемоційному стані українців та зростання інтенсивності переддепресійних станів. Так, результати соціологічного онлайн-дослідження, проведеного у лютому та травні 2023 р., свідчать про різке погіршення ситуації. Йдеться про частоту відчуття окремих емоційно-психологічних станів та настроїв, а також фізичних та емоційних явищ у людей, зокрема: швидко стомлюваність (лютий – 39%, травень – 45%); почуття млявості та втоми (лютий – 39%, травень – 44%); почуття тривоги та страху (лютий – 35%, травень – 37%); надмірне занепокоєння (лютий – 31%, травень – 34%); відчуття напруженості та нездатність розслабитися (лютий – 31%, травень – 33%) (Поляковська, 2023).

Ураховуючи зазначене, можна констатувати, що проблема психічних станів є досить актуальною для сучасної психологічної науки і практики, адже саме стани є важливою частиною всієї психічної регуляції та відіграють суттєву роль у поведінці та будь-якому виді діяльності людини.

Мета статті – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічний стан учасників освітнього процесу Бердянського державного педагогічного університету (далі – БДПУ) в умовах війни.

Методи. Для реалізації мети використано комплекс методів дослідження: а) теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та систематизація отриманих результатів; б) емпіричні – спостереження, бесіда, анкетування, психодіагностичні методики; в) методи математично-статичної обробки даних – описова статистика (знаходження рівнів і частоти кількісної вираженості ознак).

Виклад основного матеріалу. Психологічна структура особистості у певний проміжок часу визначається психічними станами як цілісними та інтегративними психічними явищами, що детермінуються певною ситуацією життєдіяльності. Психічні стани актуалізують відповідні психічні процеси і властивості особистості, визначають стабільність психічної діяльності та створюють загальний фон певного виду діяльності.

Поняття «психічний стан» є загальнометодологічною категорією і в найбільш узагальненому аспекті означає характеристику існування об'єктів і явищ у визначений час. Суттєвий доробок у дослідження психічних станів внесли В. Вундт, У. Джеймс, П. Жане, Дж. Кеттел, М. Левітов, В. М'ясищев, Б. Паригін, А. Перов, А. Пуні, С. Рубінштейн, Р. Сельє, З. Фрейд та ін.

Психічний стан як самостійну категорію вперше виділив В. М'ясищев, визначивши його як загальний функціональний рівень, на фоні якого розвивається процес. Однак, це визначення не можна визнати однозначним та остаточним. Дана категорія викликає інтерес психологів при вивченні проблем особистості у різноманітних сферах її буття: стан свідомості (Т. Рібо, У. Джемс), часова та цілісна характеристика психіки (А. Лазурський), взаємодія компонентів психіки у визначений час (М. Левітов), стан переживання (Б. В'яткін), цілісна реакція на зовнішні і внутрішні стимули (Є. Ільїн), відображення особистістю ситуації у вигляді стійкого цілісного синдрому в динаміці психічної діяльності (А. Прохоров) та ін. (Волков, 2010:15).

Психічні стани характеризуються непостійністю, емоційною насиченістю та існують у вигляді переживань, ідей в свідомості людини та в полі несвідомого. Деякі психічні стани мають психофізіологічне походження. На фізіологічному рівні вони відрізняються визначеними енергетичними характеристиками, а на психологічному – системою психологічних фільтрів, що забезпечують специфічне сприйняття зовнішнього світу. У кожному психічному стані присутні психологічні, фізіологічні та поведінкові компоненти.

Психічні стани впливають на протікання психічних процесів, а, постійно повторюючись, набирають стійкість і можуть включатися до структури особистості як її специфічна властивість. Вони є одночасно як зрізами динаміки особистості, так і інтегральними реакціями особистості, показниками її активності й адаптивності.

На сьогодні психологічний стан кожного українця детермінований війною і тими умовами життя та діяльності, у яких ми опинилися. Не винятком є і учасники освітнього процесу БДПУ, однією із стратегій

розвитку якого є плекання загальнолюдських, крос-культурних, професійних цінностей спільнотою однодумців з метою створення професійно-ціннісної екосистеми університету (Стратегія розвитку Бердянського державного педагогічного університету [БДПУ], 2022).

Керуючись пріоритетами та відповідаючи на запит сьогодення, в БДПУ з 6 до 12 жовтня 2023 року був здійснений моніторинг психологічного стану учасників освітнього процесу. В анкеті, яка була розроблена на основі тесту швидкої діагностики психологічного стану, було представлено 3 шкали вимірювання: рівень стресу, рівень морального стану та рівень виснаження (Тест, 2022). Зупинимося на стислій характеристиці цих станів.

Стрес є загальним адаптаційним синдромом і переживається як емоційний стан, що виникає в умовах ризику, необхідності швидко і самостійно приймати рішення, миттєво реагувати на загрози. Крім специфічної відповіді організму на кожний подразник, на всі подразники разом організм людини відповідає неспецифічною стресовою реакцією, що несе загрозу фізичному (підвищення тиску, збільшення частоти серцевих скорочень, порушення роботи шлунково-кишкового тракту, пригнічення імунної системи тощо) та психічному (порушення якості мислення, уваги, запам'ятовування) здоров'ю людини. Як наслідок, знижується інтелектуальна працездатність, зростають психічна втомлюваність та виснаженість (Титаренко & Лепіхова, 2006:13-14).

На психічне здоров'я людини безпосередньо впливає її моральний стан як сукупність душевних переживань, які генеруються на чуттєвому рівні психіки людини при взаємодії з об'єктивною дійсністю та усвідомленні особистісних якостей (Іллюк, 2014:76-81). Саме моральний стан є інтегральним показником, який визначає рівень задоволеності людиною зовнішніми і внутрішніми умовами життєдіяльності та її готовність до діяльності.

Виснаження можна визначити як занепад фізичних та емоційних сил людини (постійна втома, безсилля, втрата інтересу до раніше улюблених справ тощо), однією з основних причин якого є надмірне фізичне або емоційне навантаження. Постійний стрес, психологічний тиск, недосипання і неправильне харчування можуть призвести до розладу енергетичного балансу організму, що, в свою чергу, сприяє виснаженню.

Встановлено, що стан виснаження є одним із симптомів синдрому емоційного вигорання як виробленого особистістю механізму психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на психотравмувальні фактори. Вигорання визначається як частково функціональний стереотип та дозволяє людині дозувати й економити енергетичні ресурси. У той же час, можуть виникати його дисфункціональні наслідки, коли вигорання негативно позначається на виконанні професійної діяльності (форма професійної деформації особистості) та міжособистісних відносинах (Березовська, 2015:130-135).

Існує значна кількість симптомів синдромом емоційного вигорання. Варто відмітити, що умови професійної діяльності можуть спричинити синдром хронічної втоми, який досить часто супроводжує синдром емоційного вигорання, небезпечність якого зумовлена широким спектром симптомів невротичного та психосоматичного характеру (Ковалькова, 2016:191-198).

Результати дослідження. У дослідженні взяли участь 667 респондентів, серед яких: науково-педагогічні працівники – 138 (21%), здобувачі першого (бакалаврського) рівня вищої освіти – 346 (52%), здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти – 147 (22%), здобувачі третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти – 20 (3%), співробітники – 16 (2%). Загальний рельєф респондентів представлений на діаграмі (рис. 1).



Рис. 1. Загальний рельєф респондентів

Моніторингове дослідження передбачало отримання кількісних показників індивідуальних психологічних станів учасників освітнього процесу за трьома шкалами з 10-бальною системою оцінювання по кожній:

1. *Шкала 1.* Рівень напруги/стресу: від стану повного розслаблення (1 б.) до екстремально нестерпного рівня (10 б.).

2. *Шкала 2.* Рівень морального стану: від максимального рівня морального стану (1 б.) до екстремально пригніченого та нестерпного (10 б.).

3. *Шкала 3.* Рівень виснаження: від максимального рівня енергії (1 б.) до екстремального виснаження (10 б.).

Сума балів за кожною шкалою дала змогу отримати загальний кількісний результат (див. таблицю 1).

Таблиця 1

Кількісні показники рівня виявлення шкал за категоріями респондентів

Шкали/респонденти	НПП	Співробітники	Здобувачі	Аспіранти
Рівень напруги/стресу	6,4	5,7	5,5	5,4
Рівень морального стану	5,8	5,5	5,1	4,7
Рівень виснаження	6,5	5,5	5,7	5,3
Загальне значення	18,7	16,7	16,3	15,4

Виявлено, що всі респонденти знаходяться в так званій «помаранчевій зоні» (згідно з інтерпретацією тесту). Такий результат може вказувати на те, що життєва ситуація починає продукувати стрес, пригнічення та втому. Респонденти відчують тривогу, хвилювання, неспокій, емоційне напруження, невпевненість, розчарування, які пов'язані з умовами навчання та професійної діяльності (онлайн-режим організації освітнього процесу та праці, тривала соціальна ізоляція, віртуальне спілкування та ін.) та умовами життя, детермінованими війною (бойові дії, окупована територія, внутрішнє переміщення, перебування за кордоном, ситуація невизначеності та ін.). Проте, заглибленість у «помаранчеву зону» має свою градацію: найбільш заглибленими виявилися науково-педагогічні працівники (18,7 б.), далі – співробітники (16,7 б.), на третьому місці – здобувачі першого та другого рівнів вищої освіти (16,3 б.) і найменш заглиблені – здобувачі третього рівня вищої освіти (15,4 б.).

У результаті аналізу отриманих діагностичних даних у межах нашого дослідження можемо констатувати, що серед учасників освітнього процесу БДПУ виявлено домінування середнього рівня загального психологічного стану з тенденцією до зростання, що засвідчує необхідність профілактичних заходів щодо активізації їх психологічних ресурсів, які сприятимуть подоланню труднощів, проблем, протиріч, досягненню цілей життєдіяльності.

Оскільки наше дослідження мало пілотний характер і передбачало виявлення потенційних проблем та вдосконалення процедур майбутніх досліджень, на даному етапі доцільним є надання методичних рекомендацій учасникам освітнього процесу щодо гармонізації психологічного стану. Як зазначає Державна служба якості освіти України, значну частину освітнього процесу варто присвятити організації спілкування та заходів, що передбачають врегулювання емоційного стану, психологічне розвантаження тощо (Рекомендації Державної служби якості освіти, 2022).

У своїх дослідженнях науковці пропонують конструктивні та дієві рекомендації щодо гармонізації психологічного стану учасників освітнього процесу в умовах війни (Павлик, 2022:221-224):

1. Позитивність в усіх психологічних проявах. Встановлено, що негативні думки мають руйнівну дію на загальне здоров'я людини, погіршують її фізичне й психічне самопочуття. Тож, фізичне й психологічне здоров'я – це прямий наслідок оптимізму й позитивного мислення особистості, яке гармонізує психологічний стан і взаємини людини.

2. Позитивне мислення та розвиток саногенних почуттів. Такі почуття як спокій, доброта, любов є основою гармонійних стосунків у будь-яких сферах життєдіяльності людини. В контексті освітнього процесу, це особливо стосується педагога, який має опанувати техніки розвитку саногенних почуттів і вміти доволіно викликати в себе стан спокою, доброзичливості, впевненості всупереч страху, гніву та іншим патогенним почуттям. В ситуації війни педагогу важливо залишатись у стані емоційного позитиву, що дає змогу трансплювати іншим учасникам

освітнього процесу взірець гармонійної поведінки, відчуття психологічного захисту й моральної опори.

3. *Набуття духовного досвіду.* Ситуація війни – це час набуття духовного досвіду, складові якого є дієвими напрямками самовдосконалення: зміцнення самовладання (вміння зберігати спокій, тверезе мислення, спрямування волі на виконання доцільних й послідовних дій); розширення самоусвідомлення (осягнення ситуації в цілому, знаходження сенсу у наявних ситуаціях); перехід від полярного мислення до синтетичного (вміння дотримуватись принципу «золотої середини», не схилятись у бік інших, не шукати винних); опанування емоційними афектами (подолання страху, гніву, роздратування, ненависті); екологічність взаємостосунків, вміння зберігати власні психологічні кордони (не втручатись у безглузді суперечки, не намагатися переконувати людей з іншими поглядами, не ображатись, не ображати); розвиток децентрації як здатності бачити ситуацію об'єктивно, з різних перспектив та ін.

Висновки. Психічні стани є маркерами режиму життєдіяльності людини та впливають на перебіг психічних процесів. Систематично повторюючись, вони набирають стійкість і можуть включатись до структури особистості як її специфічна властивість, що зумовлює актуальність даної проблеми для сучасної психологічної науки і практики.

Результати проведеного моніторингового дослідження свідчать, що серед різних категорій учасників освітнього процесу БДПУ домінує середній рівень загального психологічного стану з тенденцією до зростання, що зумовлено чинниками соціальної дійсності та конкретними мікросоціальними умовами.

Врахування особливостей психічних станів та їх особистісних характеристик у певному виді діяльності деталізує причини порушень діяльності, дозволяє цілеспрямовано застосовувати засоби психокорекційного впливу та забезпечує ефективне надання психологічної підтримки всім учасникам освітнього процесу.

Подальші наукові розвідки порушеної наукової проблематики можуть стосуватись досліджень впливу чинників соціальної дійсності на конкретні категорії учасників освітнього процесу з метою побудови індивідуальної траєкторії психологічної підтримки.

Література

1. Березовська Л. І. Професійне вигорання працівників сучасних освітніх організацій. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія»*. Вип. 1 (1). Мукачево: Мукачівський державний університет, 2015. С. 130–135.

2. Волков Д. С. Індивідуально-типологічні особливості рельєфу психічного стану особистості юнаків. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Психологія»*. № 9/1. Вип. 16. 2010. С. 15–22.

3. Ілляк О. О. Співвідношення категорій «моральний дух» і «морально-психологічний стан». *Честь і закон: науковий журнал Національної академії Національної гвардії України*. 2014. № 4. С. 76–81.

4. Ковалькова Т. О. Вивчення передумов та симптомів синдрому емоційного вигорання у викладачів вищих навчальних закладів. *Правничий вісник Університету «КРОК»*. Київ : Вищий навчальний заклад «Університет економіки та права «КРОК». Вип. 25. 2016. С. 191-198.

5. Павлик Н. В. Методичні рекомендації щодо гармонізації стану психологічного здоров'я педагога в умовах війни. *Освіта України в умовах воєнного стану : управління, цифровізація, євроінтеграційні аспекти : збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції (наукове електронне видання)*, 25 жовт. 2022 р. Київ : ДНУ «Інститут освітньої аналітики», 2022. С. 221-224.

6. Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні. Лист МОН України №-1/3737-22 від 29.03.22 р. URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/pozashkilna/2022/Vykhovna.robota/30.03.22/Lyst.MON-1.3737-22.vid.29.03.2022-Pro.zabezp.psykholoh.suprovodu.uchasn.osv.protsesu.pdf> (дата звернення: 21.10.2023)

7. Стратегія розвитку Бердянського державного педагогічного університету (2022-2025 рр.). URL : https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2022/08/Stratehiia_BDPU.pdf (дата звернення: 25.10.2023)

8. Тест «Швидка діагностика психологічного стану». URL : <https://trevog-bolshe.net/viyna-zdorovya/test-shvydka-diagnostyka-psyhologichnogo-stanu> (дата звернення: 02.10.2023)

9. Титаренко Т. М., Лепіхова Л. А. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді : науково-методичний посібник. Київ : Міленіум, 2006. 204 с.

10. Як вчителю організувати свою роботу під час війни : рекомендації Державної служби якості освіти. URL : <https://sqe.gov.ua/yak-vchitelyu-organizuvati-svoyu-robotu-p/> (дата звернення: 27.10.2023)

11. Поляковська Т. Емоційно-психологічний стан українців дещо погіршився – опитування. УНІАН: інформаційне агентство. URL : <https://www.unian.ua/society/emocijno-psiholoichnij-stan-ukrajinciv-deshcho-pogirshivsya-opituvannya-12273903.html> (дата звернення: 27.10.2023)

References

1. Berezovska, L. I. (2015). *Profesiine vyhoriannia pratsivnykiv suchasnykh osvitnikh orhanizatsii* [Professional burnout of employees of modern educational organizations]. *Naukovyi visnyk Mukachivskoho derzhavnogo universytetu*. Serii «Pedagogika ta psykholohiia» – Scientific Bulletin of Mukachevo State University. «Pedagogy and Psychology» series. Mukachevo : Mukachivskiy derzhavnyi universytet, Vyp. 1 (1), 130–135. [in Ukrainian].

2. Volkov, D. S. (2010). *Indyvidualno-typolohichni osoblyvosti relievu psykhichnoho stanu osobystosti yunakiv* [Individual-typological features of the relief of the mental state of the personality of young men]. *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu*. Serii «Psykhohiia» – Bulletin of Dnipropetrovsk University. «Psychology» series, № 9/1, Vyp. 16, 15-22. [in Ukrainian].

3. Illiuk, O. O. (2014). *Spivvidnoshennia katehorii «moralnyi dukh» i «moralno-psykholohichni stan»* [Correlation between the categories «moral spirit» and «moral and psychological state»]. *Chest i zakon : naukovyi zhurnal Natsionalnoi akademii Natsionalnoi hvardii Ukrainy – Honor and law: scientific journal of the National Academy of the National Guard of Ukraine*, 4, 76–81. [in Ukrainian].

4. Kovalkova, T. O. (2016). *Vyvchennia peredumov ta symptomiv syndromu emotsiynoho vyhorannia u vykladachiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv* [Study of prerequisites and symptoms of emotional burnout syndrome in teachers of higher

educational institutions]. *Pravnychiy visnyk Universytetu «KROK» – Legal Bulletin of «KROK» University*. Kyiv : Vyshchy navchalny zaklad «Universytet ekonomiky ta prava «KROK», Vyp. 25, 191–198. [in Ukrainian].

5. Pavlyk, N. V. (2022). *Metodychni rekomendatsii shchodo harmonizatsii stanu psykhologichnoho zdorovia pedahoha v umovakh viiny* [Methodological recommendations for the harmonization of the state of psychological health of the teacher in the conditions of war]. *Osvita Ukrainy v umovakh voiennoho stanu : upravlinnia, tsyvrovizatsiia, yevrointehratsiini aspekty : zbirnyk tez dopovidei IV Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (naukove elektronne vydannia)*, 25 zhovt. 2022 r. – Education of Ukraine in the conditions of martial law: management, digitalization, European integration aspects: a collection of theses of reports of the 4th International Scientific and Practical Conference (scientific electronic edition), October 25, 2022. Kyiv : DNU «Instytut osvithoi analityky», 221-224. [in Ukrainian].

6. Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy (2022). *Pro zabezpechennia psykhologichnoho suprovodu uchashnykiv osvithnoho protsesu v umovakh voiennoho stanu v Ukraini*. *Lyst MON Ukrainy №-1/3737-22 vid 29.03.22 r.* [About providing psychological support for participants in the educational process in the conditions of martial law in Ukraine. Letter of the Ministry of Education and Culture of Ukraine No. 1/3737-22 dated March 29, 2022]. URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/pozashkilna/2022/Vykhovna.robota/30.03.22/Lyst.MON-1.3737-22.vyd.29.03.2022-Pro.zabezp.psykholog.suprovodu.uchasn.osv.protsesu.pdf> [in Ukrainian].

7. *Stratehiia rozvytku Berdyanskoho derzhavnogo pedahohichnoho universytetu (2022-2025 rr.)*. URL : https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2022/08/Stratehiia_BDPU.pdf [in Ukrainian].

8. Test «Shvydka diahnozyka psykhologichnoho stanu» Test «Quick diagnosis of psychological state». URL : <https://trevog-bolshe.net/viyna-zdorovya/test-shvydka-diahnozyka-psykhologichnogo-stanu> [in Ukrainian].

9. Tytarenko, T. M., Liepikhova, L. A. (2006). *Psykhologichna profilaktyka stresovykh perevantazhen sered shkilnoi molodi : naukovo-metodychnyi posibnyk* [Psychological prevention of stress overload among school youth: a scientific and methodological guide]. Kyiv : Milenium. [in Ukrainian].

10. Derzhavna sluzhba yakosti osvity (2022). *Yak vchyteliu orhanizувaty svoiu robotu pid chas viiny : rekomendatsii Derzhavnoi sluzhby yakosti osvity* [How should a teacher organize his work during the war: recommendations of the State Education Quality Service]. URL : <https://sqe.gov.ua/yak-vchyteliu-organizувaty-svoyu-robotu-p/> [in Ukrainian].

11. Poliakovska, T. (2023). *Emotsiino-psykhologichnyi stan ukraintsev deshcho pohirshyvsia – opytuvannia* [The emotional and psychological state of Ukrainians has somewhat worsened – survey]. UNIAN: informatsiine ahentstvo – UNIAN: information agency. URL : <https://www.unian.ua/society/emociyno-psihiologichnyy-stan-ukraintsev-deshcho-pogirshyvsvia-opytuvannya-12273903.html> [in Ukrainian].

АНОТАЦІЯ

Розглянуто питання, присвячені проблематиці вивчення психологічного стану учасників освітнього процесу. Здійснено порівняльний та структурний аналіз викладеного матеріалу. Зазначено, що дослідження психічних станів людини в умовах воєнного часу є актуальною проблемою сучасної психологічної науки і практики.

Акцентовано, що проблема психологічного супроводу та допомоги учасників освітнього процесу в період воєнного часу є одним із основних пріоритетів державної політики у сфері освіти. Зазначено, що Міністерство

освіти і науки України є ініціатором низки заходів щодо застосування сучасного науково обґрунтованого підходу в наданні психологічної допомоги учасникам освітнього процесу, які страждають від російської агресії.

Визначено сучасний стан і тенденції розвитку зазначеної проблеми. Відстежуються різні підходи до тлумачення цього психологічного феномену. Встановлено, що чинники соціальної дійсності впливають на психічні стани особистості через систему конкретних життєвих мікросоціальних умов, серед яких особливе місце посідають умови життєдіяльності: ступінь задоволення особистих потреб, система сталих взаємин тощо. Підкреслюється, що необхідність вивчення психічних станів людини пов'язана з використанням системного підходу до їх опису та аналізу.

Проаналізовано результати експериментального дослідження психологічного стану учасників освітнього процесу Бердянського державного педагогічного університету в умовах війни. Доведено негативну тенденцію в загальному психоемоційному стані та зростання інтенсивності ряду окремих станів, які можна трактувати як маркери режиму життєдіяльності людини в реаліях сьогодення. Надано методичні рекомендації щодо гармонізації стану психологічного здоров'я в умовах війни. Акцентовано увагу на необхідності психологічної підтримки всіх учасників освітнього процесу.

Зроблено висновок, що нагальною потребою є виявлення станів, що утворюють комплекси та мають стійке вираження на всіх рівнях життєдіяльності особистості. Зазначено, що врахування особливостей структури комплексів психічних станів та особистісних характеристик у певному виді діяльності деталізує причини порушень діяльності, дозволяє цілеспрямовано застосовувати засоби психокорекційного впливу та забезпечує ефективне надання психологічної підтримки всім учасникам освітнього процесу.

Ключові слова: психічний стан, стрес, моральний стан, виснаження, здобувачі вищої освіти, учасники освітнього процесу, заклад вищої освіти.