

СУБ'ЄКТИВНЕ ПЕРЕЖИВАННЯ УЧАСТІ В ВІЙСЬКОВИХ ДІЯХ ВЕТЕРАНІВ АТО/ООС

УДК 159.99

*Бессараба Олена Юріївна,
аспірант кафедри психології та соціальної роботи
Вінницького державного педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського*

Актуальність дослідження. Ведення воєнних дій на території України, які довші по тривалості за Другу світову війну, дуже сильно вплинуло на емоційний, психологічний та фізичний стан її громадян. Найбільш вразливою категорією в цьому випадку є учасники та ветерани АТО/ООС. Відсутність однозначності щодо подій, які відбуваються, інформаційна війна – все це переламується через призму внутрішнього світу, цінності, моральні переконання кожного громадянина України. Зокрема, найбільш болюче сприйняття картини світу, своєї країни, правди і брехні, існування життя «до» та «після» мають ветерани АТО/ООС, оскільки їхня війна не починається і не закінчується в окопах. А це, в свою чергу потребує вивчення, задля вирішення проблем, які уже проявляються і, які ще «насуваються» на тих, хто захищає суверенітет, незалежність та цілісність України.

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій. Значна кількість наукових досліджень присвячена проблемі впливу стресових ситуацій, зокрема перебування у зоні ведення бойових дій на психологічний, фізичний та психічний стан особистості (Джужа, О. М., Гаркуша, А. В., 2014; Буковська, О. О., Буряк, О. О., Гіневський, М. І., Катеруша, Г. Л., Джужа, О. М., Гаркуша, А. В., 2015; Вольнова, Л. М., 2017). Всі ці дослідження вказують на те, що переживання травмуючих подій, зокрема участі в АТО/ООС має суб'єктивний характер, адже жахіття війни негативно впливають на всіх, хто відчуває їх на собі, але сила травматизації та реакцій на них визначається суб'єктивним сприйняттям.

Мета наукової публікації. Здійснити теоретичний аналіз проблеми суб'єктивного переживання участі в військових діях ветеранів АТО/ООС.

Виклад основного матеріалу дослідження. Війна призводить не лише до фізичних травм та смерті, а й до психологічних травм, які, досить часто є значно серйознішими, ніж фізичні. Ветерани АТО/ООС, часто навіть не усвідомлюючи цього, несуть в собі тягар болю довгі роки. Одні, в силу особистісних якостей, можуть подолати ці проблеми самостійно. Іншим необхідна психологічна допомога і підтримка протягом усього життя (Буряк, О.О., Гіневський, М. І., Катеруша, Г. Л., 2015).

Після демобілізації ветерани АТО/ООС ще довго не можуть «по справжньому» повернутися до мирного життя. На кожному кроці їх супроводжують думки про минуле, прокручування різних стресових ситуацій, зокрема спогадів про втрати, свідком яких вони були, обстріли і операції, які проводили. Все це призводить до виникнення і проявів агресії, яку дуже важко контролювати і, як правило, від некерованих її проявів страждають рідні і оточуючі. Але не можна стверджувати, що прояви «болі» у кожного ветерана АТО/ООС будуть однаковими, адже сила стресу буде залежати від готовності його сприймати, від сили нервової системи і від інших властивостей особистості. А це, в свою чергу, вказує на те, що перебуваючи в однакових умовах, кожен ветеран АТО/ООС буде реагувати на них по-різному (Мушкевич, М. І., 2016).

Варто зазначити, що серед ветеранів АТО/ООС будуть ті, хто не зможе «позбутися автомата» і вони будуть весь час повертатися до воєнних дій. Як не парадоксально, але для них війна буде більш зрозумілою, ніж мирне життя. Адже, в мирному житті їм потрібно виконувати різні соціальні ролі, думати про те, що на фоні війни, смертей давно втратило свою актуальність і будь-який сенс.

Для деяких ветеранів перебування в умовах ведення воєнних дій стане поштовхом переоцінки життєвих цінностей, цілей і можливістю реалізувати те,

що раніше відкладав на «потім». Поштовхом змінити роботу, зайнятися улюбленим хобі, змінити оточення тощо.

Найбільш гострим і болючим буде сприйняття війни у тих, хто був у полоні або отримав серйозні травми. Цим ветеранам буде найважче повернутися до мирних умов життя, адже перебування в полоні призводить не лише до фізичних травм, а й до дуже серйозних психологічних травм. Оскільки воно пов'язане з сильним приниженням гідності, має на меті «ламання» особистості.

В цілому, на думку психологів, реакція на стресові ситуації може проходити два або три етапи. Перший етап – гостра шокова реакція (триває до доби); другий етап – гостра стресова реакція (триває від одного до трьох місяців, іноді довше); третій етап – посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). В свою чергу, гостра шокова реакція може мати два типи прояву: завмирання і збудження. Збудження, може бути панічним, коли людина тікає і може загинути, потрапивши під кулі, або ж агресивним, коли нападає. Хоча в цьому випадку напад буде не цілеспрямованим, людина може стріляти куди заманеться, наражаючи на небезпеку своїх побратимів (Алещенко, В. І., 2015).

Гостра стресова реакція настає після першої гострої шоквої реакції. В цей період психіка намагається впоратися з тим, що людина пережила, намагається «вбудувати» в життєвий досвід те, чого раніше в ньому не було. Попередній досвід людини цьому опирається, від чого з'являється невмотивована тривога, загострення почуттів, напади агресії, порушення сну, почуття вини, можуть виникати депресивні і суїцидальні думки. Нав'язливі спогади весь час прокручуються у пам'яті. Ветерани у яких спостерігається саме ця стадія, йдучи по вулиці видивляються ворога. У них загострюється слух, зір, відчуття. Будучи в такому стані, багато ветеранів говорять про те, що хочуть повернутися на війну, адже там вони відчувають себе «у своїй тарілці» (Алещенко, В. І., 2015).

Останній етап реакції на стресову ситуацію – виникнення посттравматичного стресового розладу, який може виникати після закінчення

стресової реакції при недієвій реабілітації, або сильній вразливості психіки воїна. ПТСР – це хронічний стресовий стан, який може призводити до дезадаптації, алкоголізації, втрати роботи, руйнування сім'ї і має цілий ряд симптомів.

Висновки. Отже, участь у воєнних діях негативно позначається на психічному, психологічному та фізичному здоров'ї ветеранів АТО/ООС. Повернувшись до мирних умов їх ще довго переслідують спогади жахів війни, що впливає на їхню адаптацію. Але навіть якщо ветерани АТО/ООС перебували в однакових умовах і зазнали однакових травм їхні реакції на них будуть різними. Це зумовлено відмінністю у силі нервової системи, готовністю до війни, минулим досвідом та типом особистості. Все це ускладнює пошук єдиного шляху повернення ветеранів до мирного життя.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці програми психологічної корекції переживання участі в військових діях ветеранів АТО/ООС.

Список використаної літератури.

1. Алещенко, В. І., (2015). Характеристика бойового стресу й основні симптоми бойових психічних травм. Вісник Національного університету оборони України, Випуск 2(45). С. 7-13.
2. Буряк, О. О., Гіневський, М. І., Катеруша, Г. Л. (2015). Військовий синдром «АТО»: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил, Випуск 2(43). С. 176-181.
3. Мушкевич, М. І. (2016). Практична психологія в роботі із учасниками АТО. Психологія: реальність і перспективи. Випуск 6. С. 136-142.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ 4-6 РОКІВ ДО ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

УДК 159.922.73:37324

Білоконь Оксана Степанівна,

студентка спеціальності 053 «Психологія»

другого (магістерського) рівня

КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»

Актуальність дослідження. Проблема віддавати дитину або не віддавати до дитячого садка – рано чи пізно виникає в кожній родині. Дослідження того, у якому віці та за яких умов дитина краще адаптується до перебування є на сьогодні вельми актуальним.

Аналіз останніх досліджень. У вітчизняній і зарубіжній психології зазначену проблему вивчали: О. Нурєєва «Таємниці адаптації. Поради батькам. Що провокує стрес у дитини?», «До дитячого садка з бажанням», «Психологічна безпека особистості дитини»; Т.Прищєпа «Адаптація дитини до умов ДНЗ», «Соціалізація дошкільників в умовах ДНЗ»; В. Сухомлинський «Серце віддаю дітям» та інші.

Виклад основного матеріалу. Особливістю дворічного віку є усвідомлення дитиною спричинених нею дій. Як наслідок займенник першої особи «Я» виходить вперед. Дитина починає відокремлювати себе від інших, починає розрізняти себе у дзеркалі. У неї з'являються різні відчуття, яких не було раніше. Відчуття гордості, сорому, радості, тощо і звісно, розуміння приналежності до певної статі. Тому дуже важливі правильні орієнтування і заохочення, які забезпечують дорослі. В цьому віці, діти коли починають взаємодіяти з предметами, активно розвивається їх мовлення. Спілкування стає однією із форм організації предметної діяльності. Дитина починає цікавитись багатьма речами в різних сферах навколишньої дійсності.

Малюк підростає. На допомогу емоційному спілкуванню приходить невпевнене, нечітке, але словесне. Нехай ніжки ще не досить міцні, нехай

навколо ще так багато невідомого, але ж мама завжди поруч. На жаль, батьки часто віддають дворічну дитину під опіку держави на більшу частину доби. Так вирішили між собою мати і тато цієї крихітної людини, у якої ще не сформовані найпростіші навички самообслуговування. Батьки з дитиною про садочок не домовляються (вона і не може поки що зрозуміти суті домовленостей) і, раптово опинившись в нових для себе умовах, у великому, голосливому просторі, без підтримки найрідніших, дитина отримує стрес. Дворічний малюк не розуміє, що трапилось і йому здається, що його покинули.

Вихователь дитячого садка повинен забезпечити освітній процес в групі. Більшість сучасних педагогічних методик спрямовані на розвиток та адаптацію особистості дитини до ЗДО через індивідуальний підхід до кожної. З особистої практичної діяльності жалкуємо про неможливість такого індивідуального підходу, оскільки у групі раннього віку до тридцяти дворічних дітей з нестійким емоційним станом і увагою. Буденні навички ще в зародковому стані. Діти розгублені, перелякані. На адаптацію в нових умовах у них іде певний час. Звісно, хтось цей період долає швидко і безболісно, хтось повільніше (це залежить від індивідуальних особливостей малюка), а для деяких дітей адаптування відбувається вкрай важко. Важливо завжди враховувати те, що всі діти різні. Мікроклімат в родині дуже відрізняється від мікроклімату в садку. Дворічна дитина потребує особливої, підвищеної уваги з боку дорослих тому, що якраз у цьому віці йде закладення багатьох функцій, вмінь і навичок.

Виникає питання: чи доцільно віддавати дитину двох років життя до закладу дошкільної освіти? Чи є правильними вимоги батьків до вихователя щодо пильної уваги до їхнього чада і сформованості навичок самостійності (їсти, одягатися, ходити до туалету, тощо)? Положення ускладнюється тим, що (як зазначалось вище) у дітей третього року життя фізіологічно обумовлено нестабільність емоційного стану і реакцій, розсіяність уваги і здатність швидко переймати поведінку інших дітей. За таких обставин вихователю дуже важко організувати ідеальний освітній процес в переповненій групі.

Як вже згадувалось, дитина починає взаємодіяти з багатьма різними речами. Деякі з них спочатку вона сприймає як продовження руки (ложка, лопатка тощо). На першому етапі – це так звана предметна діяльність. Потім після ряду пояснень та повторень дитина відокремлює себе від речей, розуміючи їх призначення і просто користується ними задля гри. Вона вчиться співвідносити знаряддя з тим предметом, на який спрямована дія (лопаткою набирають пісок, у відерце можна переміщувати). Тобто активно розвивається предметна діяльність, яка починає засвоюватись та осмислюватись дитиною у ранньому віці. Маленька дитина краще і швидше засвоює інформацію, коли знаходиться в спокійному стані поряд із близькою людиною, коли звертаються особисто до неї, а не до великого колективу (Скрипченко, О.В., 2001).

Знання і вміння краще засвоюються, коли особисті досягнення дитини одразу стають помітними для дорослого і викликають його схвалення. Як відомо, в радості інформація сприймається швидше, а потім ще деякий час асоціюється з цією радістю, що сприяє кращому запам'ятовуванню і зародженню елементів творчості в дитячих діях.

Малюки потребують багатогодинного спілкування і постійних роз'яснень. На цьому етапі тільки батьки можуть дати своїй дитині основу соціального світосприйняття, враховуючи індивідуальність малюка, його характер, темперамент та інтереси. Адже саме зацікавленість у 2-х річок є рушійною силою пізнання. В побуті малюк починає орієнтуватися завдяки терплячим роз'ясненням і прикладу батьків, у соціумі дитина відокремлює своє «Я» і результати початкової діяльності цього «Я», а від батьків отримує схвалення і заохочення на свою адресу. Дослідження показують, що рівень кортизолу (гормону стресу) у дворічок в дитячому садку перевищує норму і знижується тільки вдома. Чим молодша дитина, тим вище рівень кортизолу. Постійний стрес може підірвати імунну систему, приводячи до частих і тривалих хвороб (Дитячий психолог).

Ще один аспект на користь батьківської опіки над маленькими дітками. Це фізіологічний аспект. Дитина росте, коефіцієнт набору ваги і зросту на

кожному етапі розвитку різний. Тому дітки 2-х років ще не повністю вміють керувати своїм тілом, а відчуття небезпеки у них відсутнє. Вони можуть часто падати і травмуватись. Тут необхідний постійний догляд і опіка. Це можуть зробити батьки, підтримуючи, пояснюючи, але не обмежуючи допустимі міри дитячої цікавості і свободи. Заклик дитини «Я сам» повинен знаходити розумний вихід. Це сприяє розвитку дитини. В садочку, де групи дуже переповнені, забезпечити таку постійну особистісну взаємодію з кожною дитиною не можливо. Не завжди можливо вчасно побачити проблему пов'язану із інтерорецепцією і пропріорецепцією, тому в наш час маємо інклюзію .

Враховуючи все вищезазначене можна зробити висновки: дитина 2-х років емоційно нестабільна, вона входить у фазу активного розвитку мовлення через предметну діяльність у фазу активного пізнання довкілля і підвищеної цікавості у фазу відокремлення свого «Я» від інших людей, у період розвитку і осмислення фрази «Я сама», у початкову стадію розвитку особистості. Тендітність психологічних і фізіологічних особливостей маляти вкрай потребує індивідуального підходу, підвищеної любові і терпіння, пояснень і роз'яснень, підтримки зацікавленості, при цьому позитивної оцінки і заохочення. Це все в повній мірі можуть забезпечити лише батьки, всебічно виливаючи на гармонійний розвиток дитини як особистості. Задача психолога пояснити і обґрунтувати батькам, що не треба квапитись віддаючи дітей до дитячого садка, тому що їх внесок у розвиток дитини протягом періоду декретної відпустки є неоціненним (Подгорелая, Є.).

Висновки. Можна узагальнити інформацію, запропонувавши оцінити, наскільки ЗДО показаний конкретній дитині, саме в цей період її розвитку, оскільки не існує дітей однозначно «адаптованих», або, навпаки, «неадаптованих» для дитячого садка

Список використаної літератури

1. Скрипченко, О.В. (2001). Вікова і педагогічна психологія: навчальний посібник. Київ: «Просвіта».

2. Детский психолог НЕ не рекомендует отдавать ребёнка в детский сад. Відновлено з: <http://www.doktorpapa.ru/2398>

3. Подгорелая Е. «Кому полезен детский сад, а кому – противопоказан. 7 типов детей» Відновлено з: <https://chips-journal.ru/reviews/komu-polezen-detskij-sad-a-kakim-protivopokazan-7-tipov-detej>

**РЕАЛІЗАЦІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ ФОРМУВАННЯ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ
ОФІЦЕРІВ-ПРИКОРДОННИКІВ**

УДК 355.233.1:355.457

Боровик Олег Васильович

доктор технічних наук, професор,

проректор з навчальної роботи

Національної академії Державної прикордонної

служби України ім. Богдана Хмельницького

Боровик Людмила Володимирівна

кандидат психологічних наук, доцент,

завідувач кафедри загальнонаукових

та інженерних дисциплін

Національної академії Державної прикордонної

служби України ім. Богдана Хмельницького

Актуальність дослідження. Під час професійної діяльності офіцерам-прикордонникам доводиться вирішувати велику кількість психолого-педагогічних завдань (ППЗ), зокрема таких, як проведення виховної роботи, професійної, гуманітарної, методичної підготовки з особовим складом прикордонного підрозділу з використанням різних форм, методів і засобів організація та проведення виховних і патріотично-виховних заходів, робота з місцевим населенням, формування позитивного морально-психологічного клімату в прикордонних колективах, запобігання виникнення конфліктних

ситуації та нестатутних відносин, робота з нелегалами, іноземцями, контрабандистами і представниками кримінальних угруповань, етичне спілкування в пунктах пропуску з особами, що легально перетинають кордон, уміле використання педагогічних методів психологічного впливу на підлеглих тощо. Вирішення усіх цих завдань потребує високого рівня психолого-педагогічної компетентності (ППК) офіцерів-прикордонників. У цьому контексті нагальною є потреба у вдосконаленні психолого-педагогічної підготовки майбутніх офіцерів-прикордонників до професійної діяльності, у розробленні й впровадженні в освітній процес нових ефективних методичних систем підготовки прикордонних фахівців.

Аналіз попередніх досліджень. Дослідженням питань вдосконалення психолого-педагогічної підготовки офіцерського складу та визначенням психологічних особливостей професійної діяльності військових займалось багато вітчизняних і зарубіжних науковців таких, як С. Білявець, Л. Боровик, К. Горбатько, М. Дьяченко, В. Журавльов, С. Максименко, О. Сафін, М. Томчук. О. Торічний та ін. Проведений аналіз досліджень вітчизняних і зарубіжних учених засвідчив недостатність розробки педагогічних умов ефективного формування ППК майбутніх офіцерів-прикордонників та можливостей їх реалізації в освітньому процесі вищого військового навчального закладу (ВВНЗ), що зумовило **мету наукової публікації**.

Виклад основного матеріалу. На основі аналізу наукових джерел, вивчення досвіду викладання загальновійськових і військово-спеціальних дисциплін, урахування експертної думки та результатів констатувального експерименту встановлено, що підвищенню ефективності процесу формування ППК майбутніх офіцерів-прикордонників сприятиме впровадження в освітній процес сукупності виділених педагогічних умов: 1) розвиток мотивації курсантів до навчання, до психолого-педагогічної підготовки і майбутньої професійної діяльності, їх позитивного ставлення до психолого-педагогічних знань, умінь, навичок; 2) виділення достатньої сукупності важливих та необхідних майбутньому офіцеру-прикордоннику психолого-педагогічних

знань та вмінь, котрі дозволили б йому здійснювати логічно обґрунтовані, правильні дії для вирішення ППЗ професійної діяльності; 3) активізація навчально-пізнавальної діяльності майбутніх офіцерів-прикордонників шляхом впровадження активних та інтерактивних методів і форм навчання у процес професійної підготовки й забезпечення взаємозв'язку загальновійськових та військово-спеціальних дисциплін з повсякденною професійно-педагогічною діяльністю під час методичного стажування; 4) створення психологічно-позитивного клімату у навчальному середовищі; 5) забезпечення наукової та методичної підготовки науково-педагогічних працівників до формування психолого-педагогічної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників.

Формування ППК майбутніх офіцерів-прикордонників – цілісний, складний та неперервний процес, який передбачає спеціальну організацію освітнього процесу в системі їх професійної підготовки. Під час проведеного дослідження було розроблено комплекс заходів, реалізація яких забезпечувала впровадження в освітній процес педагогічних умов формування психолого-педагогічної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників під час професійної підготовки на прикладі навчання загальновійськових та військово-спеціальних дисциплін, а саме:

1. Перша педагогічна умова – забезпечувалась проведенням мотиваційного тренінгу для курсантів академії з метою активізації мотиваційної особистісної сфери, формування розуміння важливості психолого-педагогічної підготовки для майбутньої професійної діяльності та готовності до впровадження набутих знань і вмінь у практику.

2. Відповідно до другої педагогічної умови проведено аналіз змісту дисциплін психолого-педагогічного та професійного спрямування і виокремлено оптимальну сукупність знань і вмінь, необхідних для майбутньої професійної діяльності та вирішення відповідних ППЗ, що знайшло своє відображення у переопрацюванні робочих програм загальновійськових і військово-спеціальних дисциплін. Крім того, для забезпечення курсантів знаннями, що не увійшли до вдосконалених робочих програм у зв'язку з їх