

Наукова панель 5 / Scientific Panel 5

АДАПТИВНІ ПРОЦЕСИ ІНФОРМАЦІЙНО-АНАЛІТИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСВІТИ І ПЕДАГОГІКИ

*Adaptive processes of information and analytical supply
digital transformation of education and pedagogy*

Модератор / Moderator:

кандидат педагогічних наук, старший дослідник / Ph.D in Education (Pedagogy), Senior Researcher
Марина РОСТОКА / Marina ROSTOKA

Інформаційно-аналітичний супровід підготовки фахівців з підтримки ментального здоров'я населення

КОВАЛЕНКО Інна

кандидат педагогічних наук, доцент, провідний науковий співробітник відділу наукового інформаційно-аналітичного супроводу Державної науково-педагогічної бібліотеки України імені В.О. Сухомлинського, НАПН України, м. Київ, Україна

Informational and Analytical Support for the Training of Specialists in Supporting the Mental Health of the Population

Inna KOVALENKO

Ph.D in Education (Pedagogy), Associate Professor, Leading Researcher of the Department of Scientific Information and Analytical Support of Education of the V. Sukhomlynskyi State Scientific and Educational Library of Ukraine, NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine

ORCID ID: [0000-0001-5633-0234](https://orcid.org/0000-0001-5633-0234)
i.artemenko@ukr.net

В умовах військового стану в Україні, коли ми постійно відчуваємо стрес, особливо гостро постало питання з підтримки ментального здоров'я населення. На жаль, під час війни не можна прибрати стрес з нашого життя, але можливо навчитись швидше відновлюватись від наслідків його впливу. Отже, сьогодні як ніколи актуально розвинути в себе здатність відновлювати свою психіку в умовах підвищеного впливу стресових ситуацій. Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я – це стан щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя [2]. ВООЗ виділяє 7 складових психічного здоров'я:

усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного «Я»; постійність і однаковість переживань в однотипних ситуаціях; критичне ставлення до себе і своєї діяльності; адекватність психічних реакцій впливу середовища; здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; планування власної життєдіяльності та її реалізації; здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин [3]. Для того щоб розрізнити різні стани психічного здоров'я використовують уявний барометр психічного здоров'я, відповідно до якого умовно виділяють три стани: стійкий, реактивний, вразливий. Слід зазначити що ці стани знаходяться у постійній динаміці відповідно до змін, які відбуваються у середовищі навколо особистості.

- *Стійкий стан* має такі ознаки: душевний спокій, хороший настрій, гарне почуття гумору, висока розумова активність, повноцінний сон, продуктивність, високий рівень енергії, фізична активність, соціальна активність, гарний апетит.

- *Реактивний стан* характеризується відчуттям неспокою, пригніченістю, роздратованістю, проблемами зі сном, прокрастинацією, відчуттям перевантаженості, пониженим рівнем енергії та фізичної активності, зменшеною кількістю соціальних контактів, змінами в апетиті тощо.

- *Вразливий стан*: висока тривожність, депресивний стан, поганий настрій, висока дратівливість, накопичена злість, агресивність, нав'язливі думки та проблеми з концентрацією, порушений сон (постійні кошмари, безсоння), низька працездатність та постійна втома, фізична пасивність уникнення соціальних контактів, відстороненість від спілкування, переїдання (емоційне заїдання) або втрата апетиту [4].

Стійкий і реактивний стани ще не потребують суттєвої допомоги фахівців. При реактивному стані людина може надати сама собі допомогу. Головне щоб вона знала як це зробити. Для цього потрібна організація на національному рівні просвітницьких курсів під час яких люди зможуть підвищити свій рівень обізнаності з ментального здоров'я. Втручання фахівця потребує вразливий стан. Як підготувати фахівця з психології до роботи з цією категорією людей?

Сьогодні в програму підготовки бакалаврів і магістрів з психології не включені оволодіння конкретними інструментами. Майбутній фахівець має оглядове уявлення про існуючі напрями психології та відповідний інструментарій. Фахівець стикається на практиці з необхідністю пройти навчання за додатковими програмами, щоб освоїти більш широкий інструментарій. Цей запит задовольняється багатьма навчальними програмами різної вартості і умовами сертифікації.

Найрозповсюдженіший на сьогодні напрям психології – когнітивно-

поведінковий. Він зручний для організації алгоритмізованого процесу допомоги і контролю результатів за допомогою чітких методик оцінки і самооцінки результатів втручання. Він носить коротко терміновий характер надання психологічної допомоги у гострих кризових ситуаціях. Можливо саме через це когнітивно-поведінковий підхід широко застосовується у західних країнах і на цей вид психологічної допомоги виділяється медична страховка.

В Україні нині запущені такі програми підготовки в межах цієї школи як:

- Програма «Управління проблемами +» – підтримується фондом «Лікарі світу»;
- Програма підготовки «Самодопомога плюс» – підтримується Всесвітньою організацією охорони здоров'я (World Health Organization);
- Програма «СЕТА» – підтримується Всесвітньою організацією охорони здоров'я (World Health Organization);

Також для ситуації надмірного впливу стресових чинників, у якій опинились українці, існують й інші дієві інструменти, які не відносяться до КПТ. Так сьогодні популярністю користуються Біосугестивна терапія. Методику можна віднести до легкого самогіпнозу або медитації.

EMDR (Eye Movement Desensibilization and Reprocessing) – це десенсибілізація та репроцесуалізація (опрацювання травми) з допомогою руху очей. Арттерапія – напрям у психотерапії та психологічної корекції, заснований на застосуванні для терапії мистецтва та творчості.

Отримані результати у векторі інформаційно-аналітичного супроводу підготовки фахівців з підтримки ментального здоров'я населення взагалі, а освітян – зокрема, дають підстави для актуалізації процесу підвищення рівня обізнаності населення з проблем ментального здоров'я, що створюватиме умови для профілактики реактивних і вразливих станів. У цьому напрямі відділом наукового інформаційно-аналітичного супроводу освіти ДНПБ України ім. В.О. Сухомлинського [1] у контексті наукового дослідження «Інформаційно-аналітичний супровід психологічної науки у воєнний та повоєнний періоди в Україні» запроваджується Всеукраїнський науково-практичний онлайн-семінар «Школа інформаційно-аналітичного супроводу збереження ментального здоров'я освітян в умовах воєнного стану і глобальної цифрової трансформації суспільства», метою якого є узагальнення досвіду української науки і практики.

Бібліографія

1. Відділ наукового інформаційно-аналітичного супроводу освіти ДНПБ України ім. В.О. Сухомлинського. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/cgi/stats/report/authors/7c2f078add071acf0066cc0354c0587d/> (дата звернення: 22.01.2024).

2. Що таке ментальне здоров'я та як про нього дбати? Східне міжрегіональне управління Державної служби України з питань праці, 11 серпня 2023 р. URL: <https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-iak-pro-noho-dbaty/> (дата звернення: 22.01.2024).

3. Що важливо знати про психічне здоров'я? Центр громадського здоров'я МОЗ України 24.005.2023. URL: <https://phc.org.ua/news/scho-vazhlyvo-znati-pro-psykhichne-zdorovya> (дата звернення: 22.01.2024).

4. Що таке ментальне здоров'я. Комунальне некомерційне підприємство Борзнянська міська лікарня. URL: <https://borzna.crl.org.ua/scho-take-mentalne-zdorov%E2%80%99ya-i-navischo-vono-nam-08-53-05-04-07-2023/> (дата звернення: 22.01.2024).

References

1. Viddil naukovooho informatsiino-analitychnoho suprovodu osvity DNPB Ukrainy im. V.O. Sukhomlynskoho. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/cgi/stats/report/authors/7c2f078add071acf0066cc0354c0587d/> (дата звернення: 22.01.2024). (in Ukraine)

2. Shcho take mentalne zdorovia ta yak pro noho dbaty? Skhidne mizhrehionalne upravlinnia Derzhavnoi sluzhby Ukrainy z pytan pratsi, 11 serpnia 2023 r. URL: <https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-iak-pro-noho-dbaty/> (дата звернення: 22.01.2024). (in Ukraine)

3. Shcho vazhlyvo znaty pro psykhichne zdorovia? Tsentr hromadskoho zdorovia MOZ Ukrainy 24.005.2023. URL: <https://phc.org.ua/news/scho-vazhlyvo-znati-pro-psykhichne-zdorovya> (дата звернення: 22.01.2024). (in Ukraine)

4. Shcho take mentalne zdorovia. Komunalne nekomertsiine pidpriemstvo Borznianska miska likaria. URL: <https://borzna.crl.org.ua/scho-take-mentalne-zdorov%E2%80%99ya-i-navischo-vono-nam-08-53-05-04-07-2023/> (дата звернення: 22.01.2024). (in Ukraine)

Цифрова педагогіка у вищій школі як новий напрям адаптаційних і трансформаційних процесів в освіті

ЛУЧАНІНОВА Ольга

доктор педагогічних наук, професор, професор Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро, Україна

Digital pedagogy in higher education as a new direction of adaptation and transformation processes in education

Olha LUCHANINOVA

doctor of pedagogical sciences, professor, professor of the Ukrainian State University of Science and Technology, Dnipro, Ukraine

2017olgapetrovna@gmail.com

Трансформація освітнього процесу передбачає створення гнучкої й адаптивної системи вищої освіти. Цифрова педагогіка вищої школи в умовах адаптаційних і трансформаційних процесів в освіті постає як