

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВПЛИВ ВОЄННОГО ЧАСУ НА ПРОЦЕСИ НАВЧАННЯ ДОРΟΣЛИХ: ВИКЛИКИ ТА СТРАТЕГІЇ ПІДТРИМКИ

Лебідь О. М.; *стариша викладачка, Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти, кафедра методики професійної освіти та соціально-гуманітарних дисциплін, м. Біла Церква, Україна. Майстер виробничого навчання Державного навчального закладу "Буцький політехнічний професійний ліцей", с-ще. Буки, Уманський р-н, Черкаська обл., Україна*

Постійно зростаючий темп прогресу змушує дорослих працюючих людей постійно навчатись. На відміну від молодих людей, які сприймають теперішній світ як належне, для людей більш старшого працездатного віку такий «скажений» темп може вважатись неприйнятним. До цієї складової додається війна з усіма наслідками, такими як переїзд, часто – закордон.

Багато талановитих, корисних для суспільства людей можуть не мати здатності до жорстокої боротьби за місце роботи. А хто таку здатність має, часто не може виконувати роботу якісно, на зауваження може тільки агресивно відповідати, захищаючи себе, проте без позитивних наслідків для суспільства. Тому людське суспільство відрізняється від дикої природи, де існує жорсткий природний відбір. Нам необхідно піклуватись один про одного, що в результаті дасть більше вигоди. Про це і буде доповідь – про психологічну підтримку дорослих людей, які навчаються, в умовах бойових дій.

Жителі воюючої країни переживають стрес, особливо на фоні мобілізації, часто виникають суперечки та протистояння. В позитивних зрушеннях бере участь влада, кожний громадянин, бізнес, система освіти.

Система освіти грає ключову роль у формуванні підтримки дорослих людей, котрі навчаються, бо вона безпосередньо навчає їх. З війною прийшли зрушення в сторону більшої згуртованості громадян один з одним та довіри до влади. Щоб ефективно допомагати адаптуватись до навколишнього

середовища особам, що навчаються, перш за все, це повинні вміти педагоги навчальних закладів неперервної освіти.

Важливим аспектом неперервної освіти дорослих в умовах війни є психологічна підтримка та соціальна реабілітація для тих, хто пережив травматичні події. Освіта може бути важливим інструментом для допомоги людям адаптуватися до нових умов і знайти нові можливості. [1]

Освіта може слугувати психологічною підтримкою під час проживання стресових подій, проте необхідно правильно організувати освітній процес, щоб він приносив користь у майбутньому. Дорослим людям потрібно не лише встигати за трендами, а також набувати навички, які знадобляться у воєнний час та відбудову.

Освітою та вихованням дорослих людей займається наука андрагогіка. З цим поняттям зв'язані саморозвиток, самоосвіта, освіта дорослих та неперервна освіта. Освіта дорослих – це галузь освіти, направлена на донесення знань до людей, які є самостійними, дієздатними громадянами. Неперервна освіта характеризується довічністю, неперервністю, пристосуванню до змін навколишнього середовища, прогресу, в неї входить самоосвіта, навчання під час виробництва.

Існує гостра потреба в психологічній допомозі і підтримці вчителів шкіл, викладачів університетів, які прагнуть самовдосконалюватись, і навчаються чомусь новому. Особливо в період війни важко вчителям, які працюють з дітьми, що поведуться не зовсім адекватно через стрес. Одні замкнуті, інші – гіперактивні, успішність у всіх знижена. Крім свого стресу, викликаного бойовими діями в країні, можливо війна доторкнулась родини вчителя, забрала його домівку, родича, чи хтось із його сім'ї був відправлений на передову; крім потреби швидко розвиватись, бо світова спільнота не стоїть на місці, і щоб забезпечити країну майбутніми фахівцями, є нагальна потреба працювати ефективно тепер; до цього додається ще стрес, який переживають діти: вчителі часто проявляють емпатію до дітей.

На травмуючу ситуацію можуть виникати такі реакції: недовіра до

оточення; болісне реагування на критику; емоційний ступор; уникання місць, людей, предметів, що нагадують про травмуючу подію; емоційна байдужість – захисна реакція; «спалахи» гніву; уникання спілкування; ризиковані вчинки; занепокоєність щодо своєї безпеки та можливості повторення травмуючих подій; пропущення занять; постійне обговорення подій та фокусування уваги на окремих деталях того, що трапилися. Деякі люди переживають так звані «панічні атаки», що супроводжуються нападом страху, пітливістю, відчуттям браку повітря, нудотою, навіть втратою контролю над собою. За такого стану необхідно вжити наступні дії: не залишайте людину на самоті; розмовляйте з нею використовуючи прості й короткі речення; не робіть припущень щодо потреб людини, краще запитайте; подихайте разом з людиною.[2]

Окрім взаємодопомоги та допомоги з боку влади, чи системи освіти, кожна людина повинна мати змогу допомогти самій собі у складній ситуації. При стресі важливо давати вихід негативним емоціям шляхом фізичної праці чи спорту. Важливо ділитись своїми переживаннями із близькими, записувати в щоденник або виплескувати у витвори мистецтва. Проте необхідно пам'ятати, що проблеми все одно потрібно вирішувати. Дбати про режим сну, його якість. Є люди, яких новини заспокоюють, і допомагають заснути, так як вони частково дають впевненість, адже людина ознайомлена з навколишньою ситуацією. Психологи говорять, що будь-яка реакція на ненормальну подію є нормальною. Важливо достатньо часу знаходитись на свіжому повітрі. Необхідно вчасно відпочивати, брати відпустки, від перенапруження робота може виконуватись з помилками, а стан здоров'я – погіршуватись. Можна посвятити своєму хобі, саморозвитку чи відпочинку мінімум 2 вихідних дні в місяці. Рекомендовано займатись хобі щодня, щоб навчитись радіти життю, починаючи з 10-ти хвилин перед сном. Планування свого життя та професійного розвитку, навчання для професійного зростання, що так важливо в даний час, можуть слугувати і способом покращення стану під час війни.[2]

Держава піклується про освіту дорослих, тому ведеться робота щодо запровадження спеціального закону, що буде її регулювати, розробляються

відповідні програми та механізми.

Наближається впровадження Закону України «Про освіту дорослих», проект якого зосереджується на неформальній освіті; відбувається розробка цільових програм підтримки регіональних центрів освіти дорослих та загальнодержавної цільової програми неформальної освіти дорослих; проводиться сприяння тому, щоб така освіта була привабливою для інвестицій, з подальшим упровадженням багатьох каналів фінансування; проходить стимулювання, заохочення людей до неформальної освіти, а також роботодавців, щоб вони підтримували навчання працівників протягом усього життя.[3]

З війною багато людей перенесли стрес в тому плані, що їм важко перелаштуватись на рідне, українське, коли вони звикли до всього того, що тепер є ворожим. Відсутність ідентичності і сліпа довіра до північно-східного сусіда призвели до того, що в свідомість українців проникли чужі ідеї, культура, мова. Ми не могли уникнути війни, могли лише відтягувати її, будучи посіпаками та рабами. Проте трапляється зрада, яка дає додаткові можливості ворогу, що є результатом того, що він проникав у нашу свідомість десятки, сотні років. Невідомо, що буде через сто років з нинішніми партнерами, тому важливо не забувати про власну ідентичність. Так, до освіти дорослих часто додається вивчення української мови. Уміння спілкуватись правильно, зрозуміло допоможе подолати бар'єри і непорозуміння, які є пусковим механізмом до конфліктів без вагомих причин.

Модернізація освітньої системи в Україні нині відбувається в умовах воєнного часу, прискорення глобальної інтеграції у світове товариство, зростання впливу етнічного фактору на процеси збереження цілісності національної державності та відновлення духовних пріоритетів суспільства. Виникає необхідність розвитку духовно багатой національно-мовної особистості, котра володіє даром слова. Одне з нагальних питань сьогодення системи освіти – розвиток комунікативної особистості, котра досконало знає державну українську мову, виступає гарантом збереження й подальшого

розвитку національної культури.[4]

Отже, всім у воєнний час потрібна психологічна підтримка. Це і ветерани, і сім'ї загиблих, люди, які пережили страшні бойові дії на їх рідних землях. Люди та діти, які здобувають освіту можуть входити в деякі із цих категорій, а можуть і не входити. Держава стимулює підготовку професіоналів і психологам самим необхідна підтримка. Із цього ми можемо зробити висновок, що немає ні одної професії, яка може підтримати всіх. Нас врятує підтримка один одного і робота над собою.

Список використаних джерел

1. Чертов В.І. Стратегії та виклики неперервної освіти дорослих в умовах воєнного стану: електронний навчальний курс. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 37 с.
2. Піговська С. А. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах війни. URL: <https://naurok.com.ua/psihologichna-pidtrimka-uchasnikiv-osvitnogo-procesu-v-umovah-viyni-320683.html> (дата звернення 27.11.2024).
3. Малахова А.С. Перспективи освіти дорослих під час військового стану // Психолого-педагогічні аспекти навчання дорослих у системі неперервної освіти: зб. матеріалів ІХ Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції у 2 част., (м. Біла Церква, 14 грудня 2023 р.) Частина 2 / упорядкування: В.С. Кулішов, Ю.С. Герасименко, І.А. Кучеренко. Біла Церква, 2023. С. 29-30.
4. Мамчур Л.І. Розвиток комунікативної особистості – важливе завдання сучасної освіти // Психолого-педагогічні аспекти навчання дорослих у системі неперервної освіти: зб. матеріалів ІХ Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції у 2 част., (м. Біла Церква, 14 грудня 2023 р.) Частина 2 / упорядкування: В.С. Кулішов, Ю.С. Герасименко, І.А. Кучеренко. Біла Церква, 2023. С. 30-34.