

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Війна в Україні докорінно змінила освітній ландшафт, поставивши перед закладами вищої освіти безпрецедентні виклики. Постійний стрес, загроза життю, втрати та вимушені переміщення значно впливають на психічне здоров'я учасників освітнього процесу. Це актуалізує питання психологічного супроводу, яке є критично важливим компонентом забезпечення якості освіти та функціонування вищої школи.

Як показує практика, заклади вищої освіти швидко адаптувалися до нових реалій, розгорнувши розгалужену систему психологічної підтримки як здобувачів, так і науково-педагогічних працівників. Ця робота не обмежується реагуванням на кризові ситуації, а охоплює широкий спектр психокорекційних, просвітницьких та психопрофілактичних заходів. Одним із фундаментальних підходів є індивідуальне консультування, яке дає змогу учасникам освітнього процесу опрацьовувати особисті страхи, переживання, почуття самотності та інші негативні емоції, а також отримувати допомогу у прийнятті важливих рішень чи налагодженні процесів саморегуляції. Аналіз наукових джерел (І. Булах, І. Власенко, Л. Григоровська, Л. Іллічук, І. Канюка, Л. Найдьонова, О. Саннікова, М. Слюсаревський, О. Ткачишина, Л. Пляка, В. Панок, В. Федько та ін.) показує, що спектр запитів до психологів є надзвичайно широким – від адаптації до нового освітнього середовища, вирішення конфліктних ситуацій та проблем, пов'язаних із втратами до пошуку ресурсів підтримки ментального здоров'я та надання психосоціальної підтримки постраждалим внаслідок війни.

Поряд з індивідуальною роботою, активно реалізуються групові форми взаємодії. Зокрема, це тренінги, бесіди, лекції та ін. Соціально-психологічні тренінги спрямовані на розвиток комунікативних навичок, особистісного зростання та саморегуляції, що є вкрай важливим для підтримки соціальних зв'язків та внутрішньої стійкості [2]. Інформаційні зустрічі, бесіди, лекції та круглі столи використовуються для психологічної просвіти, надання знань і практичних порад щодо психічного здоров'я, стрес-менеджменту, механізмів подолання тривожних думок [4].

Особлива увага приділяється самопомозі. Психологічні служби розробляють і поширюють практичні рекомендації та пам'ятки, що охоплюють різні аспекти:

- фізичний та емоційний добробут: поради щодо усвідомлення та управління емоціями, підтримки фізичної активності, правильного розпорядку дня [2];
- соціальна підтримка: акцент на важливості спілкування з близькими та обговорення своїх переживань [5];

- перша психологічна допомога: інструкції щодо дій при панічних атаках та в кризових ситуаціях [1].

Ці рекомендації спрямовані на посилення внутрішніх ресурсів людини, її здатності ефективно функціонувати навіть у складних умовах [3].

Психологічні та соціально-психологічні служби університетів стали ключовими координаторами цієї підтримки. Вони проводять діагностичну, профілактичну та корекційну роботу, сприяють адаптації здобувачів і науково-педагогічних працівників до нових умов навчання та формуванню психологічної культури всієї освітянської спільноти. Їхня діяльність часто ґрунтується на співпраці з громадськими організаціями, у тому числі міжнародними, що підкреслює партисипативний характер психологічного супроводу.

Узагальнюючи, зазначимо, що психологічний супровід науково-педагогічних працівників у закладах вищої освіти України в умовах війни є комплексною, багатовекторною та адаптивною системою. Вона поєднує індивідуалізовану підтримку з груповими інтервенціями, активно залучає до самопомоги та просвіти. Ця діяльність є фундаментальною для збереження ментального здоров'я, забезпечення безперервності та якості освітнього процесу, а також для сприяння стійкості та самореалізації учасників освітнього процесу у цих надзвичайно складних обставинах.

Література

1. Пам'ятка психологічної допомоги в скрутних життєвих обставинах. (2025). Офіційний сайт Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. URL: <http://pnpu.edu.ua/psychological-service>
2. Психологічна допомога в КНЕУ. (2025). Офіційний сайт Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана. URL: [https://kneu.edu.ua/ua/student life/psychologichna sluzhba/](https://kneu.edu.ua/ua/student%20life/psychologichna%20sluzhba/)
3. Психологічна самопомога в період військового стану. (2025). Офіційний сайт Полтавського державного аграрного університету. URL: <https://www.pdau.edu.ua/content/psychologichna-samodopomoga-v-period-viyskovogo-stanu>
4. Психологічна служба. (2025). Офіційний сайт Сумського державного університету. URL: <https://sspu.edu.ua/component/tags/tag/psykholohichna-sluzhba>
5. Соціально-психологічна служба Університету. (2025). Офіційний сайт Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. URL: <https://vspu.edu.ua/science/new-style2/education-pchy.php>.