

## **Зміст дисципліни «Загальна психологія» у контексті вимог до професійної підготовки психологів в часи війни**

В умовах війни відбулося значне підвищення вимог до кваліфікації всіх практичних психологів, які працюють з постраждалими – як фахівців освітніх закладів, так і консультантів, клінічних психологів, психотерапевтів. Перед ними постає надзвичайно відповідальна задача, яка полягає у наданні допомоги цивільним жертвам та військовослужбовцям, дітям та дорослим, особам з фізичною та психічною травматизацією, а також іншим категоріям клієнтів. Невміння фахівців працювати з постраждалими, недостатнє володіння відповідними знаннями та техніками загострить ризики для психологічного благополуччя не лише клієнтів, а й самих психологів через почуття провини та емоційне вигорання. Така ситуація дуже «піднімає планку» вимог до професійної підготовки майбутніх психологів у закладах вищої освіти, що, в свою чергу, вимагає оперативного збагачення змісту фахових дисциплін. Звісно, студенти старших курсів мають доступ до практико орієнтованих занять під час засвоєння предметів за вибором, тоді як першокурсники вивчають базові дисципліни, зміст яких традиційно не передбачає висвітлення пов'язаної з війною проблематики.

У зв'язку з цим як викладач дисципліни «Загальна психологія» хочу привернути увагу до потреби в оновленні її змісту за рахунок включення питань, доречних при розгляді передбачених навчальною програмою тем та, одночасно, корисних для підготовки майбутніх психологів до професійної діяльності у воєнний та повоєнний час. Питання можна включити до змісту лекційних та (для більш розгорнутого аналізу) практично-семінарських занять.

Наприклад, в межах теми «Психологія як наука» при розгляді її галузей доцільно зробити акцент на військову психологію, зокрема на вивчення психологічних особливостей особистості військовослужбовця, військового колективу, впливу бою на психіку тощо (Бондарев, Круть, 2020).

В процесі розгляду основних напрямів психології важливо звернути увагу на аналіз проблем психічної травматизації, спричиненої війною, та методологічних основ надання психологічної допомоги представниками різних психологічних шкіл (Мушкевич, Чагаріна, 2017).

Під час вивчення теми «Психологічне дослідження» в якості ілюстрування сучасних експериментів, використання тестів, анкет та іншого діагностичного інструментарію можливо навести приклади досліджень впливу військових конфліктів на психічне здоров'я людини, зокрема, описаних В. Тюріною та Л. Солохіною (2022). Крім того, важливо окреслити актуальні проблеми психологічних досліджень впливу війни на українське суспільство, проаналізовані Г. Панком (2023).

При обговоренні специфіки психічних процесів, зокрема мислення, пам'яті, уваги, волі та емоцій, доцільно нагадувати студентам про негативний вплив довготривалого стресу на психічне здоров'я. Як зауважив В. Панок, труднощі з концентрацією, запам'ятовуванням та тривалим утримуванням інформації в пам'яті, зниження загальної інтелектуальності поведінки, а також негативні емоційні стани є поширеними в умовах загрози для життя, повітряних тривог та обстрілів (2023, с. 1–4). Розуміння цього зменшує психоемоційну напругу, яку викликає навчання у багатьох сучасних студентів, повертає їх увагу до важливості саморегуляції як умови відновлення ефективності когнітивних процесів.

Вивчення теми «Діяльність» стає для здобувачів вищої освіти більш цікавим за умов розповіді про явище прокрастинації та його прояви під час війни.

Зміст тем «Особистість», «Характер» та «Самосвідомість» можна доповнити матеріалом про особистісні властивості та феномени, які сприяють збереженню психічного благополуччя у воєнний час, серед них стресостійкість, життєздатність, толерантність до невизначеності, майндфулнес, посттравматичне зростання тощо. Особливу увагу варто приділити поняттю резильєнтності та поясненню її важливості в сучасних умовах (Лазос, 2020).

Наведені приклади оновлення змісту дисципліни «Загальна психологія», звісно, не повною мірою відображають всі зміни, необхідні для кращої підготовки студентів-психологів до ефективної діяльності з постраждалими. Проблема пошуку методичних та дидактичних шляхів виконання цього завдання в умовах війни зберігає свою актуальність.

### Список використаних джерел

- Бондарев, Г.В., Круть, П.П. (2020). Основи військової психології : навч. посіб. Харків, 272 с.
- Тюріна, В.О., Солохіна, Л.О. (2022). Вплив військових конфліктів на психічне здоров'я людини: короткий огляд зарубіжних досліджень. *Особистість, суспільство, війна* : тези доп. учасників міжнар. психол. форуму (м. Харків, 15 квіт. 2022 р.) Харків : ХНУВС, 116–121.
- Мушкевич, М.І., Чагаріна, С.Є. (2017). Основи психотерапії : навч. посіб. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 420 с.
- Панок, В.Г. (2023). Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 5(1), 1–12.
- Лазос, Г.П. (2020). Психотехнологія з розвитку резильєнтності у психологів/психотерапевтів, які працюють з постраждалими. *Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу*: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : Видавничий Дім «Слово», 135–158.