

## УЯВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ-СТАРШОКУРСНИКІВ ПРО РОБОТУ ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО ЧАСУ

Безпрецедентні суспільно-політичні процеси, які розгортаються на теренах України внаслідок широкомасштабної військової агресії, породжують необхідність їх теоретичного й практичного опрацювання з метою вибудовування стратегії розбудови країни у найближчому майбутньому. Одним із значних викликів є переформатування системи освіти, зокрема, вищої, в контексті підготовки фахівців, спроможних до надання якісної практичної психологічної допомоги (Сірко Р., 2021; Бородієнко О., 2022).

Перед представниками професійної спільноти постають завдання забезпечити адаптацію та якомога ефективніше функціонування соціальної, економічної та гуманітарної сфер життєдіяльності нашого суспільства в умовах війни. Домінуюча роль у забезпеченні цих завдань відводиться спеціалістам фасилітативних професій. Провідне місце серед них належить, зокрема, практичним психологам, оскільки саме вони стикаються з різними аспектами відновлення психологічного та соціального здоров'я людей, які наразі живуть в екстремальному та життєнебезпечному суспільстві (Вірна Ж., Іванашко О., Чижик К., 2021), та розбудови їх психологічного благополуччя в умовах наступного переходу від війни до миру (Дворнік М., 2020; Титаренко Т., 2020; Бондарчук О., 2022; Литвин І., 2022).

У психолого-педагогічній літературі широко проаналізовані існуючі концепції щодо підготовки професіонала з надання психологічних послуг (особистісно-діяльнісний; системний; компетентнісний; екзистенційно-гуманістичний; суб'єкт-центрований; особистісно-професійний та ін.). Означені концептуальні підходи орієнтовані здебільшого на підготовку фундаментально освічених спеціалістів-теоретиків. Але у військовий час майбутні фахівці потребують спеціальних практичних знань, необхідних для ефективної роботи в особливих й екстремальних умовах, а також розвитку незапитаних раніше

професійно-важливих якостей (ПВЯ). Серед них, зокрема, такі: екстремально-професійна компетентність (Лефтеров В., 2008; Оніщенко Н., 2015; Годій Л., 2021); толерантність до невизначеності й діяльності у ризиконебезпечних умовах (Козяр М., 2009; Сірко Р., 2019; Супрун Д., 2020; Галян І., 2021); стресостійкість, опір емоційному вигоранню, розвиток резилієнтності (Бойко В., 2012; Мірошниченко О., 2013; Куліш О., Пелешенко О., 2021); обізнаність у психологічних технологіях (Панок В., Пов'якель Н., Чепелева Н., 1999; Бондаренко О., 2000; Волошина В., 2016) та ін.

Особливої ваги сказаному, додає той факт, що за останні 9 місяців більше, ніж пів мільйона українців і українок звернулися до спеціалістів, зайнятих проблемами психічного та психологічного здоров'я (Ukrinform TV, 2022).

Зазначене вище спонукало до вибору теми тез, орієнтованої на емпіричне вивчення динаміки уявлень студентів старших курсів про специфіку професійної діяльності психолога в умовах військового часу.

Учасникам дослідження (14 студентам 3-го курсу і 23 студентам 1-го року навчання у магістратурі спеціальності «Психологія», ННІ психології та соціальної роботи, НУЧК імені Т.Г. Шевченка) було запропоновано написати есе на тему: «Як змінилися мої уявлення про роботу психолога в умовах військового часу». Старшокурсники не випадково стали учасниками дослідження, оскільки третій рік навчання часто стає переламним моментом професіоналізації в умовах ЗВО, коли адаптаційний період закінчився й почали актуалізуватися професійні інтереси, перші перспективні плани (Мартинюк І., 2003; Рогов Е., 2003; Зеєр Э., 2006; Лазаренко В., 2021). Третьокурсники переосмислюють професійний вибір, готовність працювати в обраній сфері, орієнтуючись на мотивацію та небезпечні виклики сьогодення. На першому курсі магістратури здійснюється повторна оцінка готовності до самореалізації в обраній професії з урахуванням не стільки її запитаності на ринку праці (Пов'якель Н., 1999; Томчук М., 1999; Шевченко В., Джоган Д., 2017; Панок В., 2019), як це було раніше, скільки власної спроможності студентів до надання

фахової допомоги в екстремальних умовах (Головко Б., 2016; Васьківська С., 2020; Дворник М., 2020; Отич О., 2022; Титаренко Т., 2020).

Методом обробки есе виступив контент-аналіз типових висловлювань. Висловлювання були згруповані по чотирьох показниках, що характеризують майбутню/(а в когось з опитаних – вже наявну фахову діяльність): професійна мотивація; ПВЯ фахівця; специфіка формулювання запитів; варіанти надання психологічної допомоги.

Проаналізуємо *уявлення* студентів, пов'язані з окремими аспектами *професійної діяльності* психолога в умовах військового часу.

*Професійна мотивація.* Відповіді респондентів щодо мотивації роботи психолога у військовий час, можна чітко об'єднати у дві групи:

1) істинні мотиви – допомагати людям, «які опинилися у війні»/в умовах кризового, життєнебезпечного суспільства («хочу допомагати людям приймати і відпускати ситуації, які з ними наразі сталися, знаходити внутрішній ресурс жити далі, наповнювати життя сенсом»);

2) внутрішні мотиви – професійно і якісно виконувати свою роботу («психолог у форматі воєнного часу повинен бути «універсальним солдатом», який у будь-якій обстановці, за будь-яких умов, при будь-якому внутрішньому стані має надати кваліфіковану професійну психологічну допомогу особі, яка її потребує, чи за якою вона звертається»).

*ПВЯ фахівця.* В оцінці особистісних складових, які сприяють професійній ефективності психологів, опитувані виявили одностайність: на перше місце потрапили **стресостійкість та здатність опанувати себе** за будь-яких умов («...Важливою якістю психолога, яка відрізняє його від інших людей, є здатність абстрагувати від зовнішніх чинників, які можуть дестабілізувати внутрішній стан. Без цієї властивості психіки дуже легко вигоріти та втратити професійні навички. В умовах війни психологу треба бути дуже сильним та витривалим, і вміти не тільки абстрагуватися від проблем, але і знайти в собі силу задля допомоги людям...»). В іншому випадку, фахівець не може надавати професійні послуги, оскільки: «...Я більше не маю внутрішнього ресурсу для

того аби бути психологом, я не можу допомагати людям, бо не можу допомогти навіть собі».

На друге – **високий інтелектуальний потенціал**: ґрунтовні теоретичні знання, гнучкість мислення, його креативність і нестандартність.

На третє – **здатність працювати у нестандартних умовах, висока адаптивність до екстремальних ситуацій** («Психологу доводиться приймати рішення самостійно, ні на кого не покладаючись, брати відповідальність у свої руки, швидко орієнтуватися в майже погодинно змінюваній ситуації» і «... бути спроможним приймати, на перший погляд, «неприймабельні» рішення...»).

На четверте – **високий рівень емпатії, толерантності** («...завдяки своїй емпатійності, толерантності, цілеспрямованості, стійкості, психологи здатні повернути багатьом людям віру: в себе, в свої можливості, в майбутнє...»).

На п'яте – усвідомлення і реалізація постійної потреби у **самоосвіті** («...нажаль, в останні роки у нас в Україні – майже ВСІ бажаючі називаються психологами. Дуже багато чудо-спеціалістів вважають себе першокласними психологами вже по закінченню якихось пари-трійки курсів...»).

*Специфіка формулювання запитів.* На думку провідних науковців, у першу чергу потребують психологічної допомоги й супроводу «люди, які пережили будь-які втрати; робота психолога має сприяти посиленню їхньої життєстійкості, розвитку саморегулятивних навичок, активізації самостійності, ініціативності» (Титаренко Т., 2020). Наші респонденти більше схиляються до конкретизації цих втрат: 1) негативні, слабо контрольовані емоційні стани (розгубленість, страх, розпач, жах, провина, сором); 2) переживання актуальних психотравм та їх наслідків (стреси, депресії, ПТСР); 3) проживання втрати, горя, розлуки; 4) травми учасників бойових дій, поранених, полонених; 5) дитячі травми.

Порівняно, з довоєнними зверненнями, «в умовах війни клієнти приходять з ситуативними проблемами, зумовленими високим рівнем стресу; прагнуть знизити рівень тривоги, заспокоїтися; віднайти впевненість в завтрашньому дні; і ... майже не піднімають проблем особистісного зростання та розвитку...».

*Варіанти надання психологічної допомоги* (способи, прийоми, техніки, підходи, напрямки роботи спеціаліста). На думку опитаних, найефективнішими способами надання професійної допомоги наразі є: 1) кризове консультування; 2) кризова інтервенція; 3) саморегулятивні техніки (практики взаємодопомоги та самопідтримки, які сприяють збільшенню відповідальності клієнта за своє життя); 4) спеціальні методики роботи з дитячими травмами; 5) онлайн консультування та психоедукація («психолог має долучатись ... до роботи на інфофронті: може вести блог, Інстаграм-сторінку, сайт, де висвітлюватиме нагальні питання; створювати безкоштовні онлайн-посібники, пам'ятки, інфографіку і викладати, наприклад, на сторінку у Фейсбуці...»).

Переважна більшість респондентів схиляється до думки про необхідність підготовки висококваліфікованих військових психологів, які «проводитимуть: 1) профорієнтацію серед призовників; 2) психологічний супровід комбатантів; 3) роботу з військовими, які з різних причин повернулися додому...».

Підсумовуючи сказане, хотілося б акцентувати увагу на кількох висновках, яких дійшли студенти-старшокурсники, аналізуючи динаміку своїх уявлень про роботу психолога в умовах військового часу:

– відхід від існуючих у довоєнному соціумі стереотипів про нечітко окреслену професійну *роль* психолога («чарівник, нероба, шарлатан»). Наразі психологічна допомога сприймається як норма, усвідомлена необхідність і прирівнюється до медичної; а професія психолога вважається третьою за важливістю (перша – медичні працівники; друга – рятувальники);

– зміна романтичних суджень про *особистість* «кабінетного» психолога на більш раціональні, як про «людину, змушену паралельно працювати на двох фронтах: самостабілізації – самопідтримки та допомоги – підтримки інших. Зараз кожен психолог проходить тест-драйв в екстремальних умовах»;

– зміна погляду на місце *професії* в координатах сучасного соціуму. Вона стала оцінюватись, як більш суспільно-важлива і неймовірно відповідальна, емоційно важка, потребує високої моральної стійкості та чітких ціннісних орієнтирів фахівця.