

МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**ЩЕРБАН Т.Д., ГОБЛИК В.В.**

**2022 У ДЗЕРКАЛІ ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ**

**Мукачево- 2024**

**УДК 316.653(02.064)**

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Інтернет Вченою радою  
Мукачівського державного університету  
(Протокол № 9 від 27 березня 2024 р.)

**Рецензенти:**

**Шандор Ф.Ф.** – доктор філософських наук, професор, завідувач кафедри соціології та соціальної роботи Ужгородського національного університету.

**Бохонкова Ю.Ю.** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології і соціології Східноукраїнського університету імені В. Даля.

**Щ 61**

**Щербан Т.Д., Гоблик В.В.** 2022 у дзеркалі громадської думки: монографія. Мукачево: РВВ МДУ, 2024. 261.  
ISBN 978-617-7495-62-7

©Щербан Т.Д., Гоблик В.В., 2024

©Мукачівський державний університет, 2024

## ВСТУП

Науковцям важливо вивчати вплив війни через призму категорії «екстремальна ситуація». Поняття «екстремальна ситуація» є більш загальним і охоплює різні типи надзвичайних подій, такі як «пандемія» і «війна». «Пандемія» та «війна» є лише конкретними випадками або підкатегоріями екстремальних ситуацій. Отже, можна розглядати «екстремальну ситуацію» як родове поняття, що включає в себе «війну», «пандемію» та інші подібні явища. «Війна» і «пандемія» можуть розглядатися як конкретні вияви або форми екстремальних ситуацій у відповідних сферах (воєнній і медичній). Вони обидві виникають в різних контекстах, але мають подібний характер в тому, що створюють кризові умови та вимагають негайних дій задля їх вирішення, бо мають серйозні наслідки для життя людей, безпеки та благополуччя суспільства.

Екстремальні ситуації взагалі, і війна зокрема, відбиваються на макро- та мікрорівнях. Вплив війни на макрорівні – це політичні зміни, економічні наслідки, соціальні зміни. Основними наслідками воєнної агресії на цьому рівні є гуманітарна криза, руйнівний вплив на економіку країни, колективний психологічний стрес, соціальна дезінтеграція.

Гуманітарна криза вразила мільйони українців. Біженці, втікаючи від бойових дій, вимушені шукати притулок у безпечних регіонах країни. Це призводить до значного стресу, нестабільності та потреби в гуманітарній допомозі.

Війна негативно впливає на економіку України, призводячи до значних фінансових втрат. Знищення інфраструктури, припинення виробництва, втрата ринків збуту та інвестицій – все це спричиняє зростання безробіття та зниження рівня життя громадян.

Воєнна агресія є джерелом серйозного колективного психологічного стресу для населення, особливо для тих, хто проживав в зоні активних бойових дій. Напруга, тривога, постійний страх за власну безпеку та життя рідних – це лише деякі з психологічних наслідків, які впливають на психічне здоров'я та добробут людей.

Війна спричиняє соціальну дезінтеграцію, роз'єднуючи суспільство, та детермінує виникнення конфліктів між різними групами. Втрати близьких та родини, втрата житла та майна призводять до поглиблення соціальних проблем.

Війна є однією з найбільш екстремальних подій, які можуть статися у суспільстві. Вона значно впливає на різні аспекти життя кожної людини. Війна на мікрорівні впливає на особистість і відгукується на різних аспектах її життя: емоційному, соціальному, моральному, фізичному, психологічному.

Війна викликає різні емоційні реакції, включаючи страх, тривогу, розпач, гнів та печаль. Люди, які безпосередньо пережили війну або втратили близьких у зв'язку з нею, стикаються з посттравматичним стресовим розладом та іншими психологічними проблемами.

Воєнна експансія змінює соціальні зв'язки та взаємини між людьми. Вона сприяє згуртуванню або, навпаки, призводить до розколу та конфліктів між різними групами.

Війна ставить людей перед моральними дилемами та виборами, які можуть впливати на їхню самооцінку та індивідуальні цінності.

Індивіди можуть стикатися з фізичними травмами або інвалідністю через бойові дії, що може суттєво змінити їхній спосіб життя та самооцінку.

Війна сильно впливає на когнітивні функції та ментальне здоров'я людини, такі як пам'ять, увага, спроможність вирішувати проблеми.

Ці аспекти війни на мікрорівні значно впливають на розвиток особистості та спосіб життя кожного індивіда. Вивчення впливу війни на мікрорівні, тобто на рівні індивідів, є дуже важливим з кількох причин: розуміння психологічних наслідків, оптимізація соціальних програм, зміна соціальних стереотипів та ін.

Представлена монографія є актуальною як для наукового дослідження, так і для практичного застосування, оскільки вона допомагає зрозуміти та вирішити ключові проблеми, пов'язані з війною та її наслідками на рівні окремих індивідів. Розуміння впливу війни на психологічний стан людини та освітній процес є важливим. Спостереження за змінами у психоемоційних станах і особливостях

дистанційного навчання в умовах війни стає надзвичайно актуальним завданням, що вимагає наукового підходу.

Ця монографія присвячена ретельному аналізу результатів соціологічного дослідження, проведеного серед різних соціальних груп, таких як студенти, викладачі, учні та дорослі, які проживають як у безпечних регіонах, так і переселенці із зон воєнних дій. Ця робота відображає зусилля з вивчення впливу війни на психоемоційний стан та особливості навчання, зокрема дистанційного, учасників опитування.

Вивчення психоемоційних станів дає можливість: зрозуміти, як саме війна впливає на психічне здоров'я людей; виявити ризикові групи, які можуть мати схильність до розвитку психічних розладів внаслідок війни. На основі отриманих даних про психоемоційні стани можна розробити та імплементувати: програми психологічної підтримки; профілактичні заходи щодо запобігання виникненню серйозних психічних проблем; стратегії реабілітації та ресоціалізації для осіб, які відчувають негативні наслідки війни.

Дослідження особливостей дистанційного навчання в умовах війни має ключове значення з таких причин: війна призвела до змін у звичних умовах навчання; необхідності швидкої адаптації освітніх програм та навчальних методів до умов воєнного стану; дистанційне навчання є важливим інструментом для забезпечення доступу до освіти для тих, хто перебуває у зоні бойових дій або для внутрішньо переміщених осіб; онлайн-навчання є дієвим способом відволікання для учнів та студентів, які переживають стрес через війну; дистанційне навчання допомагає забезпечити збереження якості освіти під час війни, навіть у найскладніших умовах.

Аналізуючи отримані результати, ми мали на меті розкрити та проаналізувати ключові аспекти впливу війни на психологічну та освітню сфери. Нами досліджено зміни у психоемоційному стані різних груп населення, враховуючи їхню соціальну, психологічну та освітню специфіку. Крім того, ми ретельно розглядали вплив війни на процес дистанційного навчання, виявляючи

особливості адаптації та виклики, з якими стикаються студенти, викладачі, учні та дорослі.

Ця монографія не лише допоможе розкрити сутність впливу війни на психоемоційний стан та особливості навчання, але й надасть підґрунтя для розроблення ефективних стратегій підтримки та адаптації учасників освітнього процесу в умовах воєнного конфлікту. Представлена робота спрямована на підвищення рівня розуміння та підтримки для тих, хто відчуває наслідки війни на своєму психоемоційному стані та навчальній діяльності.

## ЗМІСТ

Вступ	4
РОЗДІЛ 1. СОЦІОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПІД ЧАС ВІЙНИ: СУТНІСТЬ І ОРГАНІЗАЦІЯ	9
1.1. Завдання та процедура дослідження	9
1.2. Характеристика вибірки досліджуваних	14
РОЗДІЛ 2. ВІДЧУТТЯ ВОГНЮ: ВИКЛИКИ ВІЙНИ ОЧИМА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	22
2.1. Оцінка здобувачами вищої освіти обґрунтованості заходів держави в умовах воєнного стану	22
2.2. Самооцінка студентами стану власного здоров'я в наслідок війни	26
2.3. Вплив війни на психологічне самопочуття студентів	28
2.4. Умови та особливості навчання здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану	37
РОЗДІЛ 3. ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ У ВІЙНІ: ВИКЛИКИ ВИКЛАДАННЯ	61
3.1. Ставлення викладачів до введення воєнного стану	61
3.2. Ставлення викладачів до матеріально-фінансових викликів в наслідок війни	66
3.3. Вплив війни на психологічне та фізичне самопочуття викладачів університету	75
3.4. Особливості викладання в умовах воєнної агресії	85
3.5. Дистанційне навчання та якість освіти в умовах воєнного стану	99
3.6. Оцінювання викладачами взаємовідносин зі студентами в умовах війни	104
3.7. Роль викладачів у сприянні допомоги іншим та організації волонтерського руху	113
РОЗДІЛ 4. ЮНІСТЬ У ВОГНІ ВІЙНИ: ЖИТТЯ ТА НАВЧАННЯ УЧНІВ	121
4.1. Основні характерологічні особливості вибірки досліджуваних школярів	121
4.2. Соціальні та психологічні умови проживання досліджуваних школярів	126
4.3. Соціально-психологічний аспект спілкування старшокласників в умовах воєнного стану	131
4.4. Юнацьке волонтерство в умовах воєнного стану	139
4.5. Вплив війни на психологічне самопочуття старшокласників	142
4.6. Особливості навчання учнів загальноосвітніх шкіл в умовах війни	159
РОЗДІЛ 5. ПОШУКИ НОВОГО ДОМУ: ІНТЕГРАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	191
5.1. Оцінка умов проживання внутрішньо переміщених осіб	191
5.2. Вплив війни на психологічне та фізичне самопочуття внутрішньо переміщених осіб	202
5.3. Професійна адаптація внутрішньо переміщених осіб	210
Висновки	224
Список використаних джерел	232

Додаток 1. Анкета для опитування здобувачів вищої освіти	236
Додаток 2. Анкета для опитування викладачів	241
Додаток 3. Анкета для опитування учнів	249
Додаток 4. Анкета для опитування учнів ВПО	253
Додаток 5. Анкета для опитування ВПО	257



## РОЗДІЛ 1

### СОЦІОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПІД ЧАС ВІЙНИ: СУТНІСТЬ І ОРГАНІЗАЦІЯ

*У розділі розглянуто процедуру, мету, завдання соціологічного опитування. Констатовано актуальність проведення соціологічного опитування та дослідження освіти в умовах воєнного стану. Висвітлено особливості складу досліджуваної вибірки. Обґрунтовано репрезентативність вибірки – тобто отримані результати є валідними для всієї генеральної сукупності.*

#### **1.1. Завдання та процедура дослідження**

«Зазвичай до соціологічних досліджень звертаються для того, щоб мати у своєму розпорядженні якомога більш широку і актуальну інформацію, що відображає різні сторони і нюанси життєдіяльності суспільства, які часом приховані від зовнішнього ока, але які необхідно враховувати в практиці політичного, адміністративного, економічного, фінансового, ідеологічного та іншого виду соціального управління» [6, с. 6]. Отже, соціологічні опитування реалізуються з різних причин: у багатьох випадках з метою вимірювання та відображення оцінки респондентами визначених явищ, заходів та суспільних проблем. Ці дослідження дають змогу узагальнювати думки, переконання та почуття громадян щодо різних аспектів життя суспільства. Такі оцінки і думки є важливими для прийняття рішень в різних сферах політики, бізнесу, освіти тощо. Отже, соціологічні дослідження надають об'єктивну інформацію про громадську думку і ставлення громадян для розроблення та прийняття необхідних рішень.

«Зазвичай в розвідувальному дослідженні використовується один з найбільш доступних методів збору первинної соціологічної інформації (наприклад, інтерв'ю або анкетне опитування), що дозволяє провести його в короткі терміни» [6, с. 7]. Проведене соціологічне дослідження здійснено методом анкетування (анкетного опитування) і присвячено аналізу впливу війни

на психоемоційне самопочуття та стан психоемоційного здоров'я населення, особливостей організації дистанційного навчання.

Війна суттєво впливає на освітній процес. Учні, студенти, викладачі зазнають різних негативних впливів, що відображаються на їхньому академічному розвитку та ефективності навчання. Надзвичайно важливо швидко оцінити труднощі дистанційного навчання в екстремальних умовах та визначити можливі шляхи його вдосконалення. Саме соціологічне дослідження може допомогти зрозуміти переваги та недоліки дистанційного формату в умовах воєнного стану. Отже, проведення опитування учнів, студентів, викладачів та дорослих внутрішньо переміщених осіб (ВПО) у ситуації війни є дуже важливим та корисним з багатьох аспектів.

*Збір інформації.* В екстремальних ситуаціях, таких як природні катастрофи, війни, пандемії, соціальні конфлікти тощо, важливо збирати інформацію про стан населення, його потреби, ставлення до подій та проблем. Ця інформація є корисною для органів місцевої влади, громадських організацій, для всіх, хто надає допомогу мирному населенню в умовах повномасштабних воєнних дій.

*Планування і реагування.* Отримані результати опитувань допомагають різним структурам у плануванні та координації дій для надання допомоги та відновлення суспільства в умовах війни.

*Публічна думка.* В умовах воєнного стану громадська думка і реакція населення обов'язково зазнають змін, і важливо зрозуміти ці зміни. Опитування дає можливість визначити, які питання, страхи або потреби актуальні для людей в таких умовах.

*Моніторинг і оцінка.* Проведення опитувань на різних етапах війни дає можливість оцінити ефективність заходів, які реалізуються, щоб коригувати дії та швидко реагувати на зміни в екстремальній ситуації.

Отже, соціологічне опитування є корисним інструментом для отримання інформації та аналізу в умовах воєнного стану задля підтримки прийняття рішень і надання допомоги населенню.

В умовах війни збереження та розвиток освіти має важливе значення. Освіта відіграє важливу роль у розвитку інтелектуального потенціалу суспільства. Здійснення навчального процесу в умовах воєнного стану допомагає актуалізувати резерви наукових знань, які можуть бути використані після закінчення війни для відновлення економіки та розвитку громадянського суспільства. Вища освіта забезпечує підготовку фахівців у різних галузях, які будуть розбудовувати сильну державу. Освіта також сприяє збереженню культурної спадщини та ідентичності громадян. Усе зазначене свідчить про важливість проведення соціологічних опитувань щодо особливостей існуючої загальної ситуації, яка склалася в освіті, та оцінки здійснюваних заходів воєнного стану.

Таким чином, соціологічні опитування та дослідження освіти в умовах війни є важливим інструментом для розуміння та реагування на соціальні та освітні виклики, які виникають у цих складних умовах.

Соціологічне опитування – це складний процес, який передбачає кілька важливих етапів для збору та аналізу даних про соціальні явища, настрої та думки групи або населення в цілому: визначення мети та об'єкта дослідження; розроблення плану дослідження; визначення запитань; підготовка ескізу опитувальника; формування вибірки досліджуваних; проведення опитування; оброблення даних; аналіз інформації; формування висновків та рекомендацій.

Ми провели соціологічне дослідження у 2022 році протягом першого півріччя війни. При проведенні опитування чітко дотримано всіх його необхідних процедурних етапів, визначено мету та об'єкт дослідження.

Метою соціологічного опитування є дослідження особливостей та умов навчання в умовах війни, а також психологічного самопочуття учасників освітнього процесу. Завдання дослідження:

1. Вивчення умов дистанційного навчання в період війни. Опитування спрямоване на аналіз труднощів, з якими стикаються учні, студенти, викладачі та батьки.

2. Оцінка психологічного стану учасників освітнього процесу. Дослідження має на меті з'ясувати, як війна впливає на психологічне самопочуття та емоційний стан учасників освітнього процесу, включаючи рівні стресу, тривожності та депресії.

3. Оцінка волонтерської діяльності. Соціологічний експеримент розглядає, чи є волонтерська праця для деяких учасників освітнього процесу способом психологічного захисту та чи впливає вона на їхнє самопочуття.

4. Аналіз індивідуальних та соціокультурних факторів. Анкетування узагальнює та систематизує вплив різних індивідуальних та соціокультурних чинників, таких як вік, стать, освіта та інші, на сприйняття війни та на психоемоційний, психологічний стан учасників освітнього процесу.

5. Розроблення рекомендацій. Отримані результати дають можливість розробити рекомендації для управлінців освіти та психологів щодо підтримки та поліпшення психологічного благополуччя учасників освітнього процесу в умовах війни.

Об'єкт соціологічного дослідження включає такі категорії:

1. Здобувачі вищої освіти. Дослідження зорієнтоване на вивчення соціальних, академічних та професійних аспектів їхнього життя.

2. Викладачі університету. Опитування систематизує їхні професійні практики, думки про освіту та сучасні тенденції у воєнному дистанційному навчальному процесі.

3. Учні загальноосвітніх шкіл. Опитування визначає їхні освітні потреби, уявлення про перспективи у майбутньому, а також соціальні та психологічні аспекти навчання в умовах воєнного стану.

4. Внутрішньо переміщені особи. Дослідження оцінює процес їх соціальної інтеграції.

Таким чином, об'єктом представленого соціологічного дослідження є різні соціальні групи, які мають відмінні соціокультурні та освітні характеристики, і це дає можливість вивчити їхні думки, потреби та досвід відповідно до дослідницьких цілей і завдань.

План дослідження розроблявся групою психологів та соціологів Мукачівського державного університету (МДУ). «Логіка складання анкети обумовлена характером операціоналізації основних понять і вибором індикаторів для побудови шкал вимірювання. Сукупність питань утворює структуровану модель предмета аналізу» [6, с. 17]. Питання, включені в анкету, пройшли оцінювання у практикуючих соціологів Закарпатського регіону. Анкетні запитання мали як спільну частину для всієї вибірки (щодо оцінки власного самопочуття та оцінки наслідків навчання в умовах війни), так і особливі запитання для кожної частини вибірки досліджуваних. Самооцінка здійснювалася на основі порівняння своїх відчуттів на початок війни і після півроку її тривання.

Вибірку опитування склали 725 респондентів: 320 здобувачів вищої освіти МДУ, 110 викладачів МДУ, 111 учнів загальноосвітніх шкіл міста Мукачево Закарпатської області, 184 внутрішньо переміщені особи (88 учнів, 96 дорослих), які проживають в гуртожитках Мукачівського державного університету. Всі респонденти щиро погодились брати участь в опитуванні.

Процедурно опитування здійснювали студенти та працівники університету. Опитування було анонімним, за бажанням респондентів здійснювалося або в паперовій, або в електронній формі.

Для аналізу та інтерпретації отриманих результатів використовувалося програмне забезпечення Microsoft Excel, IBM SPSS Statistics Base. У проведеному соціологічному опитуванні враховувалося, що «анкетування має як переваги, так і недоліки. З одного боку, зібрана за допомогою цього методу інформація дозволяє виявити статистичні закономірності, розкрити тенденції розвитку тих чи інших соціальних процесів. З іншого – оскільки відповіді переломлюються крізь призму суб'єктивних уявлень і оцінок респондента, це може поставити під сумнів достовірність даних» [6, с. 17]. Всі відповіді проаналізовані та ретельно представлені в окремих параграфах розділів, відповідно до категорії об'єкта дослідження.

Дослідження, спрямоване на вивчення особливостей навчання в умовах війни та психологічного самопочуття респондентів, має практичне значення, оскільки є основою для розроблення конкретних заходів і рекомендацій, спрямованих на поліпшення умов навчання і психологічного благополуччя всіх учасників освітнього процесу. А саме – розроблення програм: освіти в умовах воєнного стану; психологічної підтримки та супроводу; державної освітньої політики; волонтерської діяльності.

## **1.2. Характеристика вибірки досліджуваних**

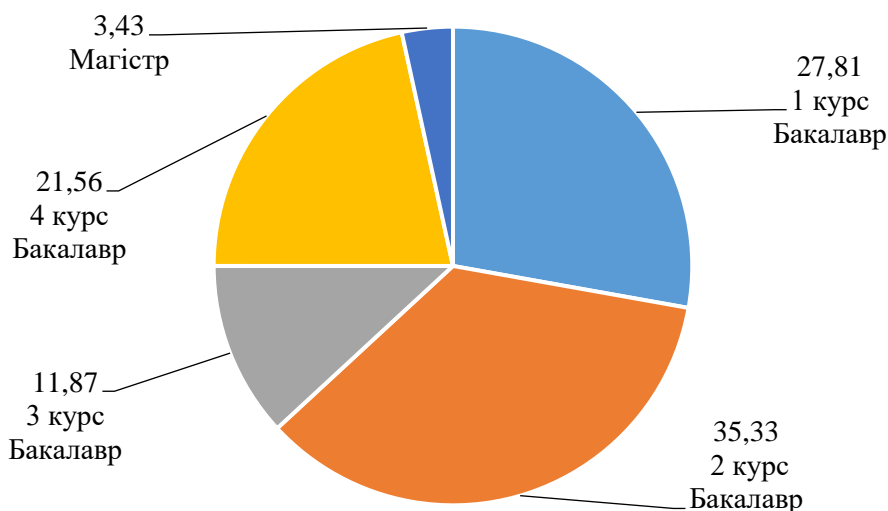
Щоб мати уяву про те як війна та воєнний стан відображаються та сприймаються громадянами, необхідно обрати репрезентативну вибірку для соціологічного опитування. «Процес вибірки заснований, по-перше, на взаємозв'язку, взаємозумовленості якісних характеристик і ознак соціальних об'єктів, по-друге – на правомірності висновків про ціле на підставі вивчення його частини за умови, що за своєю структурою ця частина є мікромоделлю цілого» [6, с. 36]. Вибірку було сформовано зі 725 осіб:

- студентів, які навчаються в Мукачівському державному університеті, – 320 осіб;
- викладачів університету – 110 осіб;
- учнів шкіл міста Мукачева – 111 осіб;
- учнів, які є внутрішньо переміщеними особами, – 88 осіб;
- дорослих, які є внутрішньо переміщеними особами, – 96 осіб.

Сформована вибірка відповідала критеріям об'єкта соціологічного дослідження. «Нагадаємо, що об'єктом соціологічного дослідження виступає носій тієї чи іншої соціальної проблеми. Об'єкт дослідження, який локалізований територіально, в часі, за демографічними чи соціальними ознаками і на який поширюються висновки дослідження» [6, с. 36].

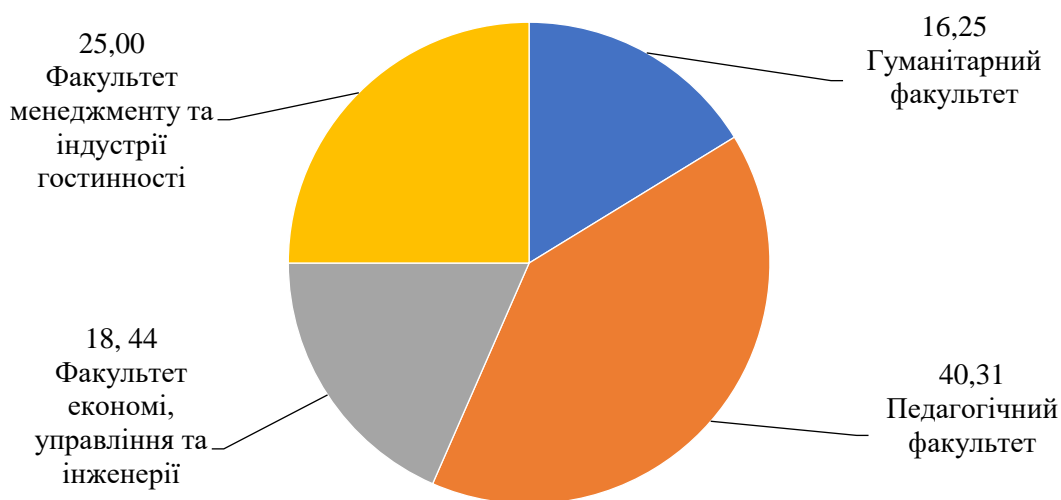
- Найбільшу частину досліджуваної вибірки склали студенти. Загальна кількість систематизованих анкет студентів становить 320. Наведемо коротку характеристику здобувачів вищої освіти, які взяли участь в опитуванні.

В обробленому за допомогою комп'ютера масиві представлені студенти за курсами навчання (рис. 1.1) та факультетами (рис. 1.2).



**Рис. 1.1. Розподіл опитаних студентів за курсами навчання, %**

Більшість опитаних осіб є студентами молодших курсів, оскільки вони є більш дисциплінованими, легше йдуть на контакт. Значна частина старшокурсників суміщають навчання та роботу за фахом і не є достатньо дисциплінованими щодо додаткових доручень. Розподіл респондентів за спеціальностями представляє контингент здобувачів вищої освіти пропорційно до чисельності складу факультетів.

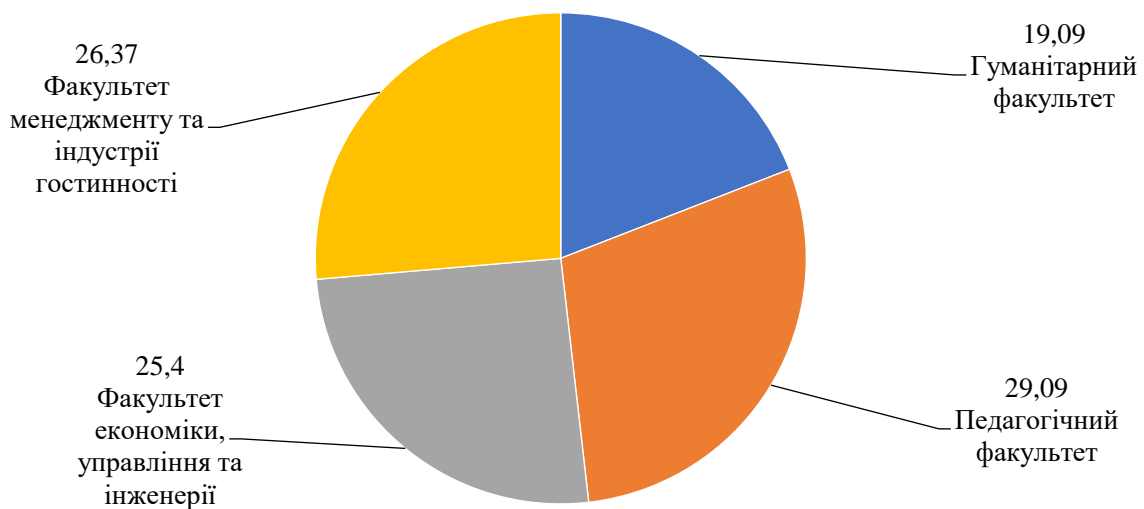


**Рис. 1.2. Розподіл опитаних студентів за факультетами, %**

Студентська вибірка опитуваних має такі характеристики: навчаються за кошти фізичних осіб – 62,50%, за кошти бюджету – 36,88%, за цільовим направленням за рахунок бюджету – 0,63%. Склад студентської вибірки за статтю: жіноча – 81,56%, чоловіча – 18,44%. Проживають: в Ужгороді, Мукачеві – 26,25%, в іншому районному місті (центрі) – 12,50%, у селі, селищі – 48,75%, інші – 12,50%. Слід підкреслити, що за місцем проживання вибірка валідно репрезентує весь регіон Закарпаття.

• Підсумовуючи аналіз характеристики вибірки здобувачів вищої освіти, слід констатувати, що більшість респондентів є: студентами першого та другого курсу бакалаврату; дівчатами; мешканцями сіл і селищ. Отже, студентська вибірка є репрезентативною.

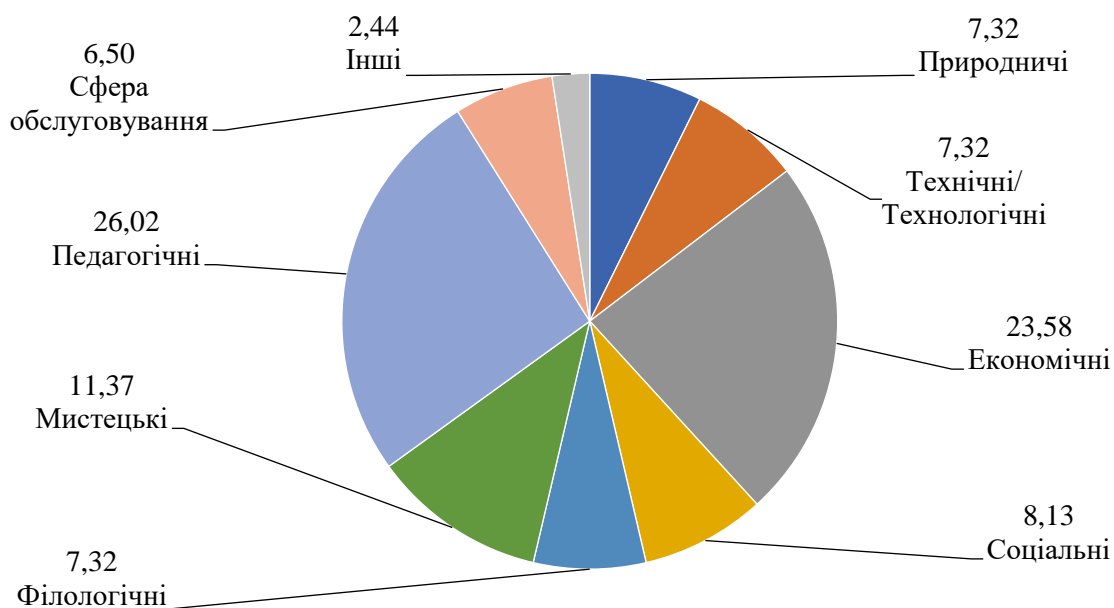
Наступною значною частиною досліджуваної вибірки є викладачі Мукачівського державного університету. Загальна кількість систематизованих анкет викладачів становить 110. В обробленому за допомогою комп'ютера масиві представлені викладачі за факультетами (рис. 1.3).



**Рис. 1.3. Розподіл опитаних викладачів за факультетами, %**

Розподіл опитаних викладачів репрезентативно представляє науково-педагогічний колектив університету пропорційно до штатної чисельності (рис. 1.4).



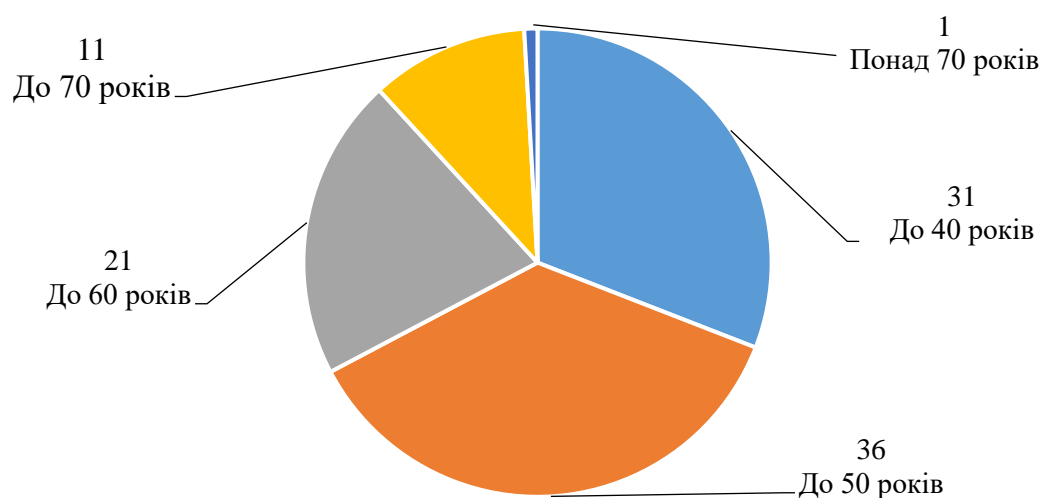


**Рис. 1.4. Розподіл опитаних викладачів за профілем дисципліни, яку викладають, %**

Підсумовуючи, слід зазначити, що опитувані відображають всі освітні галузі та спеціальності, за якими здійснює підготовку університет.

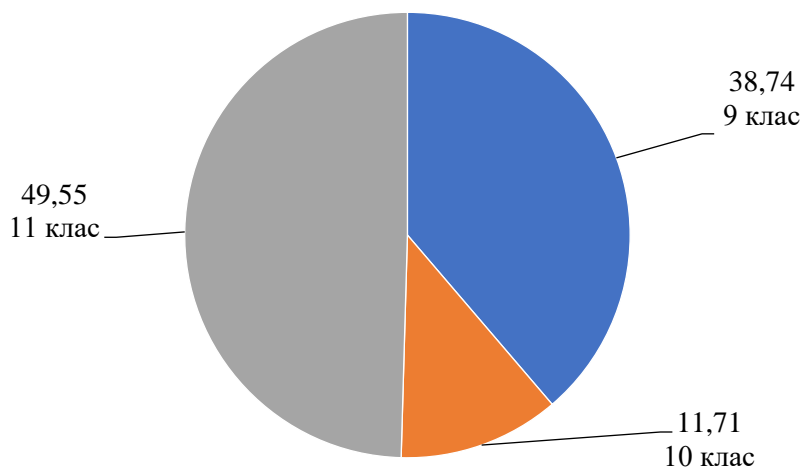
Вибірка науково-педагогічних працівників має також і інші характеристики. Склад за статтю: жіноча – 84,55%, чоловіча – 15,45%. Проживають: в Мукачеві – 86,36%, в іншому районному місті (центрі) – 4,55%, у селі, селищі – 9,09%.

Щодо вікового розподілу вибірка представлена на рис. 1.5. Середній вік залучених науково-педагогічних працівників становить 47 років.



**Рис. 1.5. Розподіл опитаних викладачів за віком, %**

Щодо досліджуваних учнів шкіл. Респондентами були учні старших класів загальноосвітніх шкіл міста Мукачева № 1 та № 13. Загальна кількість систематизованих анкет учнів шкіл становить 111. Вибірка за класами представлена на рис. 1.6.



**Рис. 1.6. Розподіл опитаних учнів за класами, %**

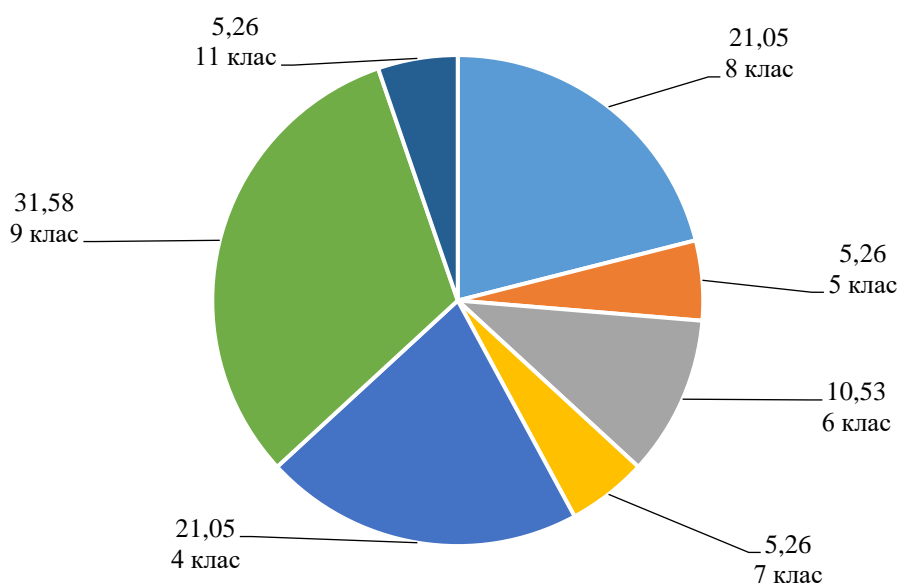
Більшість опитаних – майбутні випускники. Це зумовлено тим, що саме випускні класи займалися офлайн, ретельно готуючись до написання національного мультитесту.

Склад за статтю: жіноча – 60,36%, чоловіча – 39,64%. Також слід зазначити, що школярі легко йшли на контакт, сумлінно заповнювали анкети.

Важливою частиною досліджуваної вибірки є внутрішньо переміщені особи. Складна життєва ситуація, яка склалася в Україні у зв'язку з широкомасштабною війною, розпочатою росією, вплинула на умови та спосіб життя всіх громадян. Багато українців покинули своє місце проживання, кардинально змінивши своє життя. Проблема переселених сімей є дуже гострою для сьогодення. Особливо чутливою, соціально незахищеною верствою населення серед переселенців є діти, сім'ї з дітьми. В соціологічному опитуванні взяли участь сім'ї, які мешкали у гуртожитках університету. На час опитування респонденти проживали в них вже кілька місяців, адаптувалися до нового середовища. Проте люди неохоче йшли на контакт, неактивно брали участь в

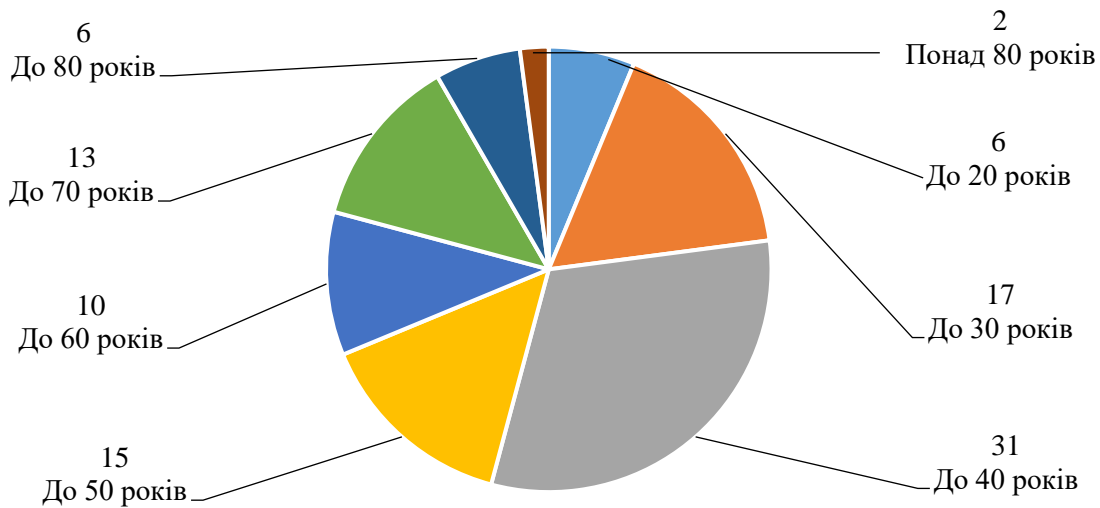
опитуванні. Вважаємо, це зумовлено тим, що більшість із них ще перебуває в активній фазі стресу. Участь в опитуванні взяли 184 респонденти.

Загальна кількість систематизованих анкет учнів-переселенців становить 88. Вибірка досліджуваних охоплює всі класи (рис. 1.7). Учні заповнювали анкети самостійно, без допомоги дорослих, окрім учнів початкових класів. Деякі питання викликали труднощі через недосконале володіння українською мовою. Уточнював зміст запитань психолог, який проводив опитування. Склад за статтю: жіноча – 59,09%, чоловіча – 40,91%.



**Рис. 1.7. Розподіл опитаних учнів-переселенців за класами, %**

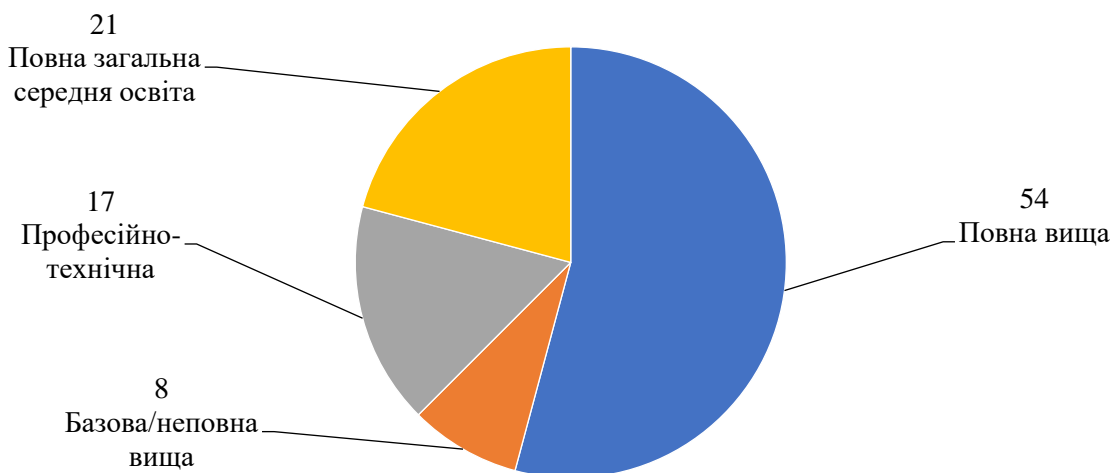
Загальна кількість систематизованих анкет переселенців-дорослих становить 48. За регіоном проживання респонденти розподілені наступним чином: 56% – Донецький регіон, 16% – Харківський, 14% – Луганський, 4% – Київський, 4% – Дніпропетровський, 6% – інші (Запорізький, Чернігівський, Херсонський, Сумський). Склад за статтю: жіноча – 89,58%, чоловіча – 10,42%. Отже, більшість переселенців – це жінки з дітьми. Цікавим був розподіл респондентів за віком (рис. 1.8). Середній вік опитуваних респондентів – 43 роки.



**Рис. 1.8. Розподіл опитаних переселенців-дорослих за віком, %**

Отже, більшість респондентів, які є внутрішньо переміщеними особами, становлять жінки середнього віку. Тобто це категорія найбільш працездатних осіб, які втратили не тільки житло, а і роботу.

Доцільно звернути увагу на те, що більшість ВПО можуть виконувати роботу, яка потребує спеціальної освіти (79% опитаних). А саме: 62% респондентів або мають, або здобувають вищу освіту, 17% мають професійно-технічну освіту (рис. 1.9). Тобто внутрішньо переміщені особи раніше виконували висококваліфіковану роботу. Досліджувані респонденти зазначають, що для них важливим є питання працевлаштування. Проте вони усвідомлюють, що отримати роботу за своїм фахом та кваліфікацією дуже складно.



**Рис. 1.9. Розподіл опитаних переселенців-дорослих за освітою, %**

Отже, досліджувана вибірка є репрезентативною, представляє всі категорії. Отримані результати можуть бути валідними для всієї генеральної сукупності.

\*\*\*

В умовах війни збереження та розвиток освіти має важливе значення. Адже здійснення навчального процесу допомагає зберегти та розвинути резерви наукових знань, які можуть бути використані після закінчення війни для відновлення і розвитку країни. Соціологічні опитування та дослідження особливостей дистанційного навчання в умовах воєнного стану є важливим інструментом для розуміння та реагування на соціальні та освітні виклики, які виникають в цих складних умовах.

Проведено соціологічне дослідження у 2022 році протягом першого півріччя війни. При проведенні зазначеного соціологічного опитування чітко дотримано всіх його необхідних процедурних етапів, визначено мету, об'єкт та завдання дослідження.

Вибірку опитування склали 725 респондентів: 320 здобувачів вищої освіти МДУ, 110 викладачів МДУ, 111 учнів загальноосвітніх шкіл міста Мукачево Закарпатської області, 184 тимчасово переміщені особи (88 учнів, 96 дорослих), які проживають в гуртожитках Мукачівського державного університету. Всі респонденти щиро погодилися брати участь в опитуванні. Досліджувана вибірка є репрезентативною, представляє всі категорії. Отримані результати можуть бути валідними для всієї генеральної сукупності. Процедурно опитування здійснювали студенти та працівники університету. Опитування було анонімним, за бажанням респондентів здійснювалося або в паперовій, або в електронній формі.

Для аналізу та інтерпретації отриманих результатів використовувалося програмне забезпечення Microsoft Excel, IBM SPSS Statistics Base. Всі відповіді проаналізовані та ретельно представлені в окремих параграфах розділів відповідно до категорій об'єкта дослідження.

## РОЗДІЛ 2.

### ВІДЧУТТЯ ВОГНЮ: ВИКЛИКИ ВІЙНИ ОЧИМА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*У розділі обґрунтовано актуальність проведення соціологічного опитування здобувачів вищої освіти в умовах широкомасштабної війни росії проти України. Результати опитування розкривають психологічні особливості впливу війни на освітній процес у закладах вищої освіти. А саме: ґрунтовно проаналізовано розуміння студентами заходів воєнного стану, розкрито умови життя та навчання здобувачів. Ретельно висвітлено динаміку психоемоційних станів студентів у різні періоди війни. Проінтерпретовано особливості дистанційного навчання в умовах воєнного стану. Отримані результати порівняно з аналогічними під час самоізоляції пандемії COVID-19. Результати дослідження дали можливість зробити важливі висновки та набутти досвід для розроблення заходів у сфері вищої освіти, що забезпечать якість підготовки фахівців.*

#### 2.1. Оцінка здобувачами вищої освіти обґрунтованості заходів держави в умовах воєнного стану

Коли на шляху звичайного ритму життя та навчання виникають бар'єри або труднощі, то все це напружує здобувачів освіти. Війна та воєнні умови детермінують наявність сильного психологічного напруження та стресу. Обмеження воєнного стану посилюють психоемоційні стани. Тільки розуміння і підтримка заходів обмеження може нівелювати їх вплив. Результати опитування констатують, що 84,38% студентів вважають обмежувальні заходи воєнного стану адекватними і потрібними (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Оцінювання студентами заходів воєнного стану

Оцінка заходів воєнного стану	%
Недостатні	5,63
Цілком адекватні	84,38
Дещо перебільшені	8,44
Надмірні, думка про безпеку не відповідає дійсності	1,56
Інша думка	0,00

Факт, що 84,38% здобувачів вищої освіти вважають заходи воєнного стану у державі адекватними викликам, можна проінтерпретувати наступним чином.

*Підтримка національної оборони.* Висока підтримка заходів воєнного стану серед студентів свідчить про їх свідоме ставлення до національної безпеки та оборони. Вони розуміють необхідність вжиття заходів відповідно до ситуації, яка ставить під загрозу існування держави, і віддають перевагу безпеці та стабільності над іншими аспектами.

*Довіра до уряду.* Високий рівень підтримки заходів воєнного стану свідчить про довіру респондентів до уряду та його здатності ефективно реагувати на виклики, які стоять перед державою. Вони переконані, що уряд приймає обґрунтовані рішення, які забезпечують безпеку та захист національних інтересів.

*Сприйняття загрози.* Підтримка заходів воєнного стану також відображає усвідомлення студентами наявності реальних загроз для держави. Вони розуміють реальну геополітичну ситуацію, інші потенційні небезпеки, що стосуються країни, і вважають необхідними тимчасові обмеження та заходи безпеки.

*Контекст інформаційного середовища.* Варто враховувати, що думки та погляди університетської молоді є наслідком впливу інформаційного середовища, в якому вони перебувають. Якщо уряд чи ЗМІ активно поширюють інформацію про загрози та необхідність заходів воєнного стану, це впливає на думки студентів та сприйняття ситуації.

В умовах воєнного стану здобувачі освіти стикнулися зі значними реальними труднощами, такими як повернення до дистанційної освіти, зміна місця проживання та побутові труднощі. Такі зміни викликають значне психологічне напруження. Проведене соціологічне опитування досліджувало і окреслену проблему. Необхідно зазначити, що більшість здобувачів освіти – це закарпатці. Закарпаття є найбільш безпечним регіоном України. Очевидно, що саме ця особливість суттєво вплинула на відповіді студентів. Таким чином,

відповідаючи на запитання «Де Ви перебуваєте в період воєнного стану?» респонденти надали відповіді, представлені у табл. 2.2.

Результати засвідчують, що більшість студентів перебувають з батьками. Це має кілька причин: зростання ролі та значення сім'ї; економічні аспекти; потреба у соціальному захисті.

Таблиця 2.2

### Місцеперебування здобувачів освіти в період воєнного стану, %

*Зростання ролі сім'ї.* У час війни студенти надають велику вагу підтримці та присутності родини. Вони відчують потребу мати батьківську підтримку, емоційну безпеку та фізичний захист у складних умовах, пов'язаних з війною.

*Економічні аспекти.* Інший можливий висновок полягає у тому, що здобувачі вищої освіти мешкають разом з батьками у час війни через фінансові аспекти. Війна призводить до збільшення витрат та зменшення можливостей для

Місцеперебування особи	Увесь період	Переважно	Іноді
Вдома, з батьками	76,88	8,13	0,31
Вдома, в інших родичів	2,81	4,38	0,31
У друзів, знайомих	0,31	0,31	0,00
На орендованій квартирі	2,81	0,00	0,00
У від'їзді, в іншому регіоні	1,88	1,56	0,31

заробітку. Тому студенти залишаються з батьками, щоб мати доступ до родинних ресурсів, які допомагають їм утримуватися фінансово.

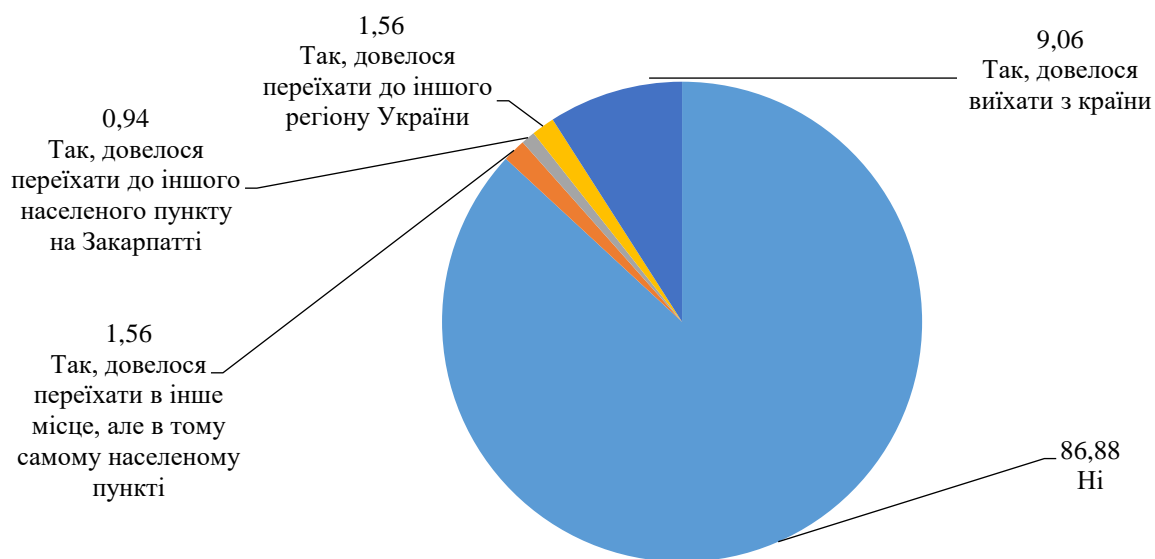
*Соціальний контекст.* Дослідження також вказує на соціальний контекст. У країні, де йде війна, сім'я стає одним із основних ресурсів для захисту та виживання. У таких умовах студенти залишаються в родині, щоб забезпечити собі безпеку та стабільність.

Загалом, дослідження демонструє тенденцію, що 76,88% студентів постійно проживають з батьками під час війни. Цей факт доводить зростання значення родини та підтримки від рідних для багатьох студентів у періоди конфлікту та небезпеки.

Цікавими є результати, отримані на запитання «Чи довелося Вам через війну з росією змінити місце проживання?», представлені на рис. 2.1. Особливо



тривожним є показник, що 9,06% студентів виїхали з країни. Це може нести для країни втрати людських ресурсів, довіри, інтелектуального потенціалу, економічні, культурної спадщини.



**Рис. 2.1. Зміна місця проживання здобувачів освіти, %**

*Втрата людських ресурсів.* Виїзд здобувачів вищої освіти за кордон спричиняє втрату талановитої молоді, яка повинна стати майбутнім потенціалом для розвитку країни. Це негативно впливатиме на інтелектуальний капітал та економічний розвиток країни в довгостроковій перспективі.

*Зневіра та втрата довіри.* Переїзд студентів свідчить про загальний негативний настрій та недовіру до ситуації у країні. Це може підірвати довіру до уряду, зменшити підтримку серед населення та призвести до подальших соціальних та політичних проблем.

*Втрата інтелектуального потенціалу.* Якщо виїжджають найкращі (а студенти є такими серед молоді), це може призвести до втрати фахівців у багатьох сферах, таких як наука, технології, медицина тощо. Це затримає розвиток інновацій та погіршить конкурентоспроможність країни на міжнародній арені.

*Економічні втрати.* Переселення молоді має економічні наслідки, такі як зменшення внутрішнього попиту на ринку праці, втрата потенційних інвестицій.

Країна втратить молодих споживачів та талановиту робочу силу, що детермінує зниження економічного зростання.

*Втрата культурної спадщини.* Еміграція здобувачів призведе до втрати культурної спадщини та ідентичності країни. Молодь відіграє важливу роль у передачі традицій, цінностей та культурного багатства наступним поколінням. Її відсутність спричинить зменшення культурного розмаїття та суспільної інтеграції.

Отже, виїзд 9,06% студентів під час війни має серйозні наслідки для країни. Числове значення цього показника свідчить про глибину проблеми та потребу в дієвих заходах для збереження та залучення талановитої молоді у розбудову країни.

Узагальнюючи, слід зазначити, що труднощі, пов'язані зі зміною місця проживання та побутовими умовами, призводять до фізичної та емоційної втоми. Недостатній комфорт, нестача спокою та регулярного режиму впливають на енергію та настрій студентів. Тобто військовий стан створює загальну атмосферу нестабільності, невизначеності та тривоги. Це впливає на психологічне самопочуття здобувачів вищої освіти, спричиняючи почуття страху, тривоги, депресії та незахищеності.

Важливо враховувати, що реакція респондентів на ці труднощі є індивідуальною. Деякі студенти добре справляються зі стресом і швидко адаптуються до нових умов, тоді як інші відчують більшу незручність та вплив на своє самопочуття. Соціальна підтримка та надання ресурсів для психологічної допомоги є важливими для студентів у подоланні цих труднощів.

## **2.2. Самооцінка студентами стану власного здоров'я внаслідок війни**

Можна припустити, що психологічна напруга студентів пов'язана із загальним станом здоров'я, самопочуттям. Однак це не підтверджується самооцінкою здобувачів. 68,44% респондентів вважають, що загальний стан їхнього здоров'я не змінився. Погіршення здоров'я різного ступеня відмічають

29,38% студентів і 2,19% вважають, що фізичне самопочуття поліпшилося (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

### Самооцінка здоров'я студентів за період перебування в умовах воєнного стану

Стан здоров'я	%
Покращився	2,19
В цілому не змінився	68,44
Трохи погіршився	25,63
Сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться	3,44
Сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться	0,31

Наявність сильної психологічної напруги серед студентів у воєнний час та відсутність погіршення здоров'я є цікавим та важливим фактом. Це явище має кілька причин.

Відбулася адаптація до стресових умов війни. Умови воєнного часу відомі своєю екстремальністю та небезпечністю. Навіть в такій ситуації, щоб забезпечити виживання та функціонування, люди реалізують механізми адаптації. Студенти зосередилися на важливих завданнях, мобілізували свої ресурси та енергію для досягнення поставлених цілей, ігноруючи певні ознаки фізичного виснаження або погіршення здоров'я.

Соціологи констатують зростання показників вмотивованості всіх українців. У воєнний час студенти також, як і всі громадяни, відчують сильну мотивацію захищати свою країну або спільну справу. Цей внутрішній емоційний резерв допомагає їм перебороти фізичні та психологічні труднощі, не звертаючи на них особливої уваги.

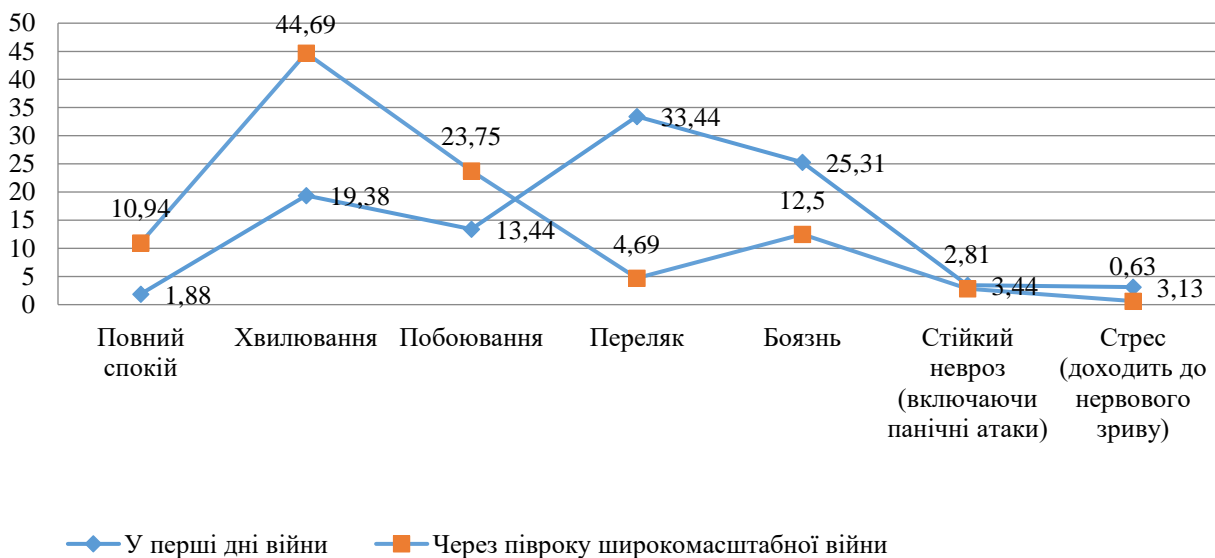
Взаємна підтримка та спільність цілей також є сильним чинником, який допомагає продуктивно виживати в умовах широкомасштабної війни. У воєнний час студенти перебувають в умовах, де взаємна підтримка та спільність цілей стають важливими аспектами. Саме це створює почуття солідарності та підтримки, які допомагають їм зосередитися на виконанні обов'язків та подоланні стресових ситуацій.

Проте психологи зазначають, що психологічна напруга та стрес не минають безслідно. Часто вони є прихованими наслідками для особистості. Отож варто враховувати, що фізичні або психологічні проблеми можуть бути присутні, але не виявлятися на перший погляд. Ймовірно, студенти приховують свої проблеми зі здоров'ям, оскільки вважають, що у воєнний час це не сумісно з виконанням їхніх обов'язків (навчанням) або є не важливим. Варто зазначити, що безпосередні наслідки психологічної напруги з'являться пізніше, коли війна закінчиться та буде більше часу для саморефлексії та зворотного погляду на пережите. У таких випадках виникатимуть післявоєнні стресові реакції або посттравматичний стресовий розлад. Слід враховувати, що ефекти психологічної напруги воєнного часу варіюються залежно від індивідуальних особливостей, соціального контексту та інших факторів.

### **2.3. Вплив війни на психологічне самопочуття студентів**

Науковці зазначають, що «під час воєнних дій значна кількість здобувачів освіти та педагогічних працівників отримали психолого-травматичний стрес та як наслідок – посттравматичний синдром» [9, с. 96]. Щоб мати уявлення про те, які емоції та почуття детермінувала війна, розпочата росією проти України, проведено соціологічне опитування серед різних категорій українців. Найбільшу частку досліджуваних становили студенти. Їхні відчуття можна поширити на всю генерацію молоді. Молодь, вважаємо, є вразливою категорією, адже війна зруйнувала їхні плани на майбутнє, внесла суттєві корективи у їх професійне, суспільне та особисте життя.

Психологічне самопочуття студентів вимірювалося в таких інтервалах: 1) на день, коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і в країні вводиться воєнний стан; 2) через півроку широкомасштабної війни. Результати опитування представлені на рис. 2.2.



**Рис. 2.2. Показники психологічного стану студентів у перші дні війни та через 6 місяців, %**

Слід наголосити, що отримані результати доводять наявність у здобувачів вищої освіти сильних психоемоційних станів, які деструктивно впливають на особистість. Ключовими ознаками переживання певного етапу є наступні критерії: локалізація зовнішніх та внутрішніх причин пояснення дії стресогенного фактору; цілісна система переконань про себе, світ, стосунки з світом; рівень прояву впливу кризових факторів (агресія, тривожність, настрій); нові здібності та навички особистості, що виробились внаслідок адаптивних функцій [30].

Аналіз отриманих в опитуванні результатів свідчить, що старші студенти є більш емоційно стійкими та краще контролюють власні стани та самопочуття (табл. 2.4, 2.5).

*Таблиця 2.4*

**Відчуття студентів різних курсів на початку війни, %**

Відчуття	Курс навчання				
	1 курс Бакалавр	2 курс Бакалавр	3 курс Бакалавр	4 курс Бакалавр	Магістратура
Повний спокій	3,26	1,74	0,00	1,45	0,00
Хвилювання	20,65	13,91	30,30	18,84	36,36
Побоювання	13,04	14,78	12,12	11,59	18,18
Переляк	43,48	27,83	33,33	30,43	27,27
Боязнь	10,87	36,52	21,21	30,43	9,09

Стійкий невроз (включаючи панічні атаки)	3,26	3,48	0,00	4,35	9,09
Стрес (доходить до нервового зриву)	5,43	1,74	3,03	2,90	0,00

Проведене соціологічне опитування демонструє динаміку змін психоемоційних станів здобувачів вищої освіти відповідно до тривалості війни.

Таблиця 2.5

**Особисті відчуття студентів через півроку війни, %**

Відчуття	Курс навчання				
	1 курс Бакалавр	2 курс Бакалавр	3 курс Бакалавр	4 курс Бакалавр	Магістратура
Повний спокій	9,78	11,30	12,12	11,59	9,09
Хвилювання	44,57	47,83	45,45	40,58	36,36
Побоювання	22,83	23,48	21,21	21,74	54,55
Переляк	6,52	5,22	6,06	1,45	0,00
Боязнь	11,96	12,17	12,12	15,94	0,00
Стійкий невроз (включаючи панічні атаки)	2,17	0,00	3,03	8,70	0,00
Стрес (доходить до нервового зриву)	2,17	0,00	0,00	0,00	0,00

Очевидно, що вияв кожного емоційного стану має власну специфіку та детермінований часом вияву (чи у перші дні війни, чи через півроку). Це чітко продемонстровано на рис. 2.3, 2.4, 2.5, 2.6.

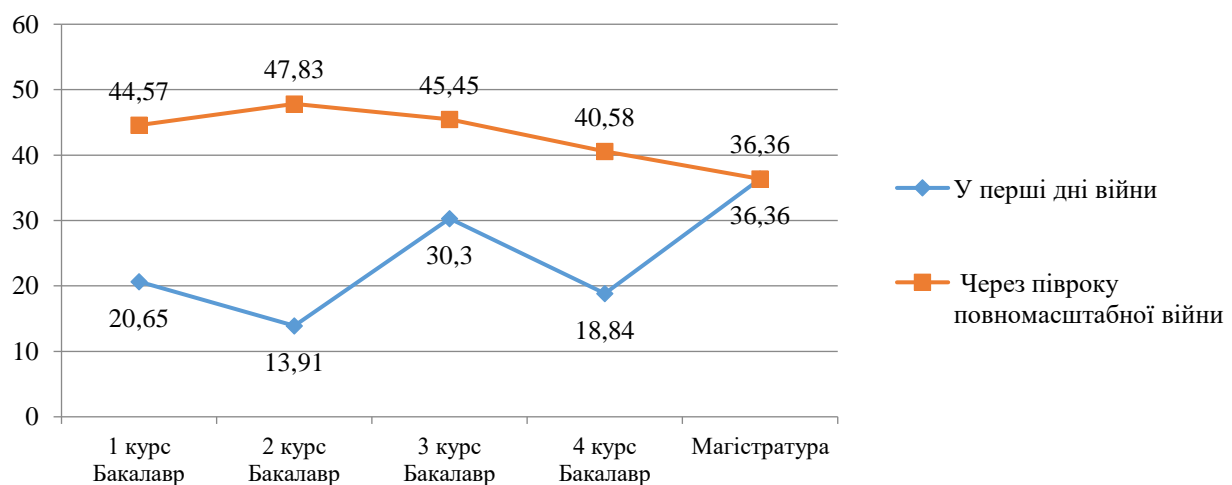
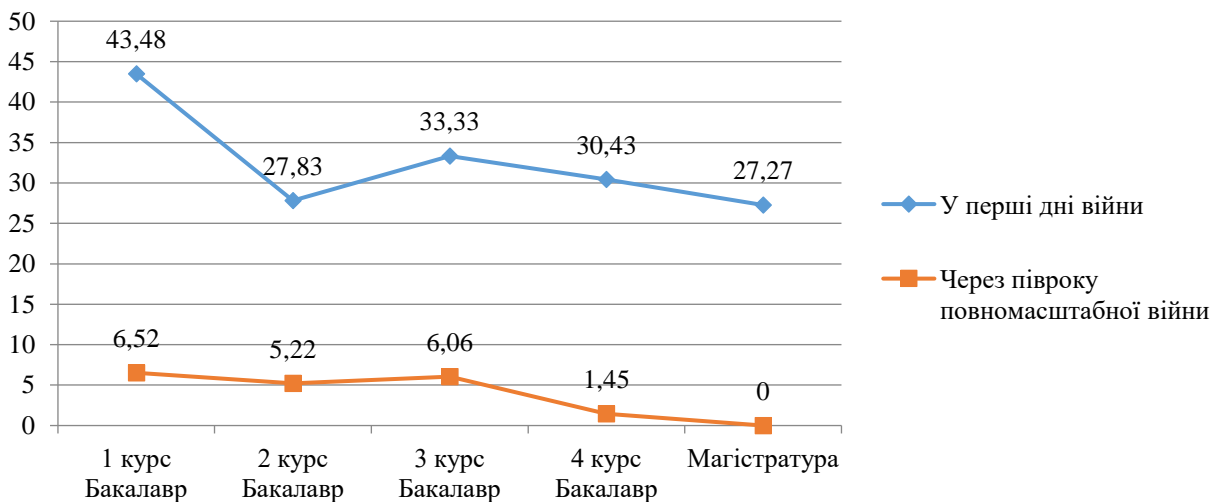


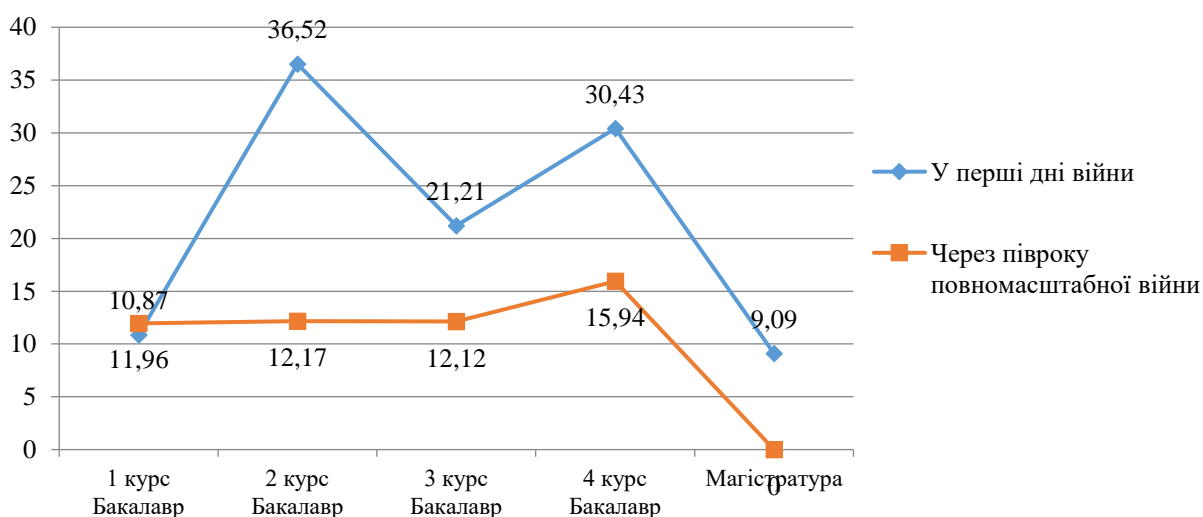
Рис. 2.3. Динаміка стану «хвилювання» студентів у різні періоди війни, %

Розглянемо спочатку показники самопочуття студентів на початку війни, тобто коли стався «шок» сприйняття військової агресії. Респонденти демонструють наявність таких психоемоційних станів: «переляк», «боязнь», «хвилювання», «побоювання», «стійкий невроз», «стрес», «повний спокій». Стани перераховані за принципом від більшого значення до меншого. Результати демонструють найвищі показники за станами «переляк» та «боязнь». Ці результати є очевидними, адже на початку війни, коли студенти стикнулися з реальною загрозою, такі емоції як переляк та боязнь домінували серед інших. Вважаємо, що причинами цього явища є: невизначеність та небезпека; інформаційна багатоманітність; емоційний вплив соціального оточення; страх втрат; порушення звичного життя.



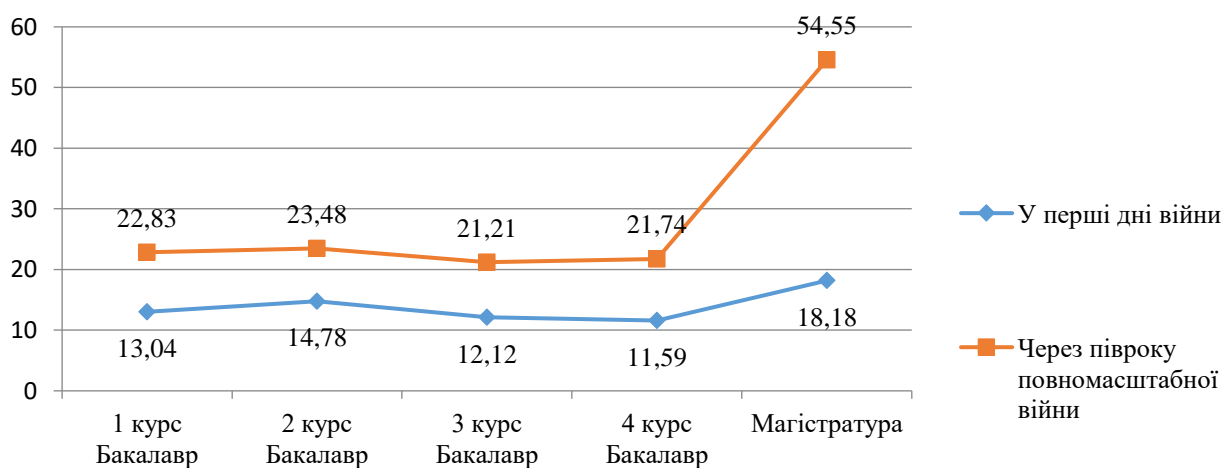
**Рис. 2.4.** Динаміка стану «переляк» у різні періоди війни, %

*Невизначеність і небезпека.* Початок війни – це період повної невизначеності, коли немає чіткої картини того, як розвиватимуться події. Це створює відчуття загрози та небезпеки серед студентів, які бояться за своє життя, безпеку своїх родин та близьких.



**Рис. 2.5.** Динаміка стану «боязнь» студентів у різні періоди війни, %

*Медіа та інформаційна багатоманітність.* Війна зазвичай супроводжується потоком інформації з різних джерел, включаючи новини та соціальні мережі. Це призводить до посилення відчуття страху серед здобувачів, оскільки медіа-інформація переповнена жахливими звістками про насильство, жертви та руйнування, що підсилює переляк та боязнь у молоді.



**Рис. 2.6.** Динаміка стану «побоювання» студентів у різні періоди війни, %

*Емоційний вплив соціального оточення.* Війна відбивається на всій спільноті, і студенти як частина суспільства перебувають під великим емоційним впливом свого оточення. Якщо їхні близькі люди, друзі або співрозмовники



відчують страх і тривогу, це позначається на емоційних станах молоді і підсилює їх переляк та боязнь.

*Страх втрати.* Студенти бояться втратити своїх близьких, розлучитися з родиною або втратити свої домівки. Війна призводить до евакуації, переселення, що спричиняє страх втрати стабільності та безпеки.

*Порушення звичного ритму життя.* Війна порушує буденну рутину, а звичний спосіб життя є під загрозою, і це викликає відчуття страху та боязні щодо свого освітнього та кар'єрного майбутнього.

На початку війни ці фактори у сукупності створюють середовище, де переляк та боязнь домінують з-поміж інших. Важливо враховувати ці емоції та надавати підтримку молоді у цей важкий період, щоб допомогти їм знайти способи прийняти свої емоції та адаптуватися до нової реальності.

Наступним за силою вияву у студентів на початку війни є показник такого емоційного стану як «хвилювання». Вважаємо, що це є наслідком високих показників розглянутих вище станів («переляк» та «боязнь»). Взаємозв'язок емоційного стану «хвилювання» виникає як результат прояву станів «переляк» та «боязнь». Коли людина відчуває переляк або боязнь, це викликає тривожність, нервовість та хвилювання. Ці емоційні стани є взаємопов'язаними та взаємозалежними.

На початку війни студенти знаходяться під великим тиском невизначеності та стресу. Необхідність адаптуватися до нових обставин, занепокоєння щодо майбутнього та страх втрати призводять до посилення хвилювання. Такий стресовий контекст підсилює емоційну реакцію респондентів та сприяє зростанню хвилювання.

Хвилювання молоді має і соціальний контекст. Студенти відчувають хвилювання через вплив соціального оточення та спільноти. Вони переживають емоційну збудженість та неспокій через загальну емоційну атмосферу.

Велику роль у зростанні показника емоційного стану «хвилювання» відіграє недостатня поінформованість. Брак достовірної інформації та розуміння ситуації сприяє розвитку тривожності серед молоді. Студенти відчувають себе

вразливими перед невідомим майбутнім, що підсилює їх хвилювання та тривожність.

Все зазначене сприяє збільшенню показників емоційного стану «хвилювання» серед респондентів, особливо на початку війни, коли невизначеність та емоційний стрес максимальні.

Розглянемо показники самопочуття студентів через півроку широкомасштабної війни. Респонденти демонструють наявність таких емоційних станів: «хвилювання», «побоювання», «боязнь», «повний спокій», «переляк», «стійкий невроз», «стрес». Стани перераховані за принципом від більшого значення до меншого. Результати демонструють найвищі показники за станами «хвилювання» та «побоювання».

Вважаємо, що після півроку широкомасштабної війни високі показники емоційних станів «хвилювання» та «побоювання» з-поміж респондентів можуть бути детерміновані такими факторами: тривалість війни; наслідки війни у повсякденному житті; тривалий стрес та психологічне виснаження; досвід травматичних подій; ефект накопичення.

*Тривалість війни.* Тривала широкомасштабна війна створює постійну напругу та неспокій серед молоді. Студенти почувають себе втраченими та непокояться через безперервність воєнних дій.

*Наслідки війни у повсякденному житті.* Після 6 місяців війни стають помітними фізичні та соціальні наслідки у повсякденному житті студентів. Руїнування, економічні труднощі, незабезпеченість базових потреб, втрати близьких людей, обмеження в свободі пересування тощо – ці фактори посилюють хвилювання та побоювання серед респондентів.

*Тривалість стресу та психологічне виснаження.* Довготривала війна призводить до тривалого стресу та психологічного виснаження. Страх постійної загрози, постійна тривога та невизначеність впливають на психоемоційний стан та посилюють хвилювання та побоювання.

*Травматичні події та втрати.* Протягом тривалої війни студенти могли бути свідками або особисто переживати травматичні події, втрати близьких

людей або небезпеку для власного життя. Ці втрати та негативний досвід можуть посилювати хвилювання та побоювання серед молоді.

*Ефект накопичення.* За півроку війни хвилювання та побоювання, накопичуються внаслідок постійного напруження, страху та невизначеності. Це актуалізує емоційні реакції та показники стану «хвилювання» серед студентів.

Врахування цих факторів дає розуміння, чому після шести місяців широкомасштабної війни студенти продемонстрували високі показники за шкалами «Хвилювання» та «Побоювання». Це доводить поглиблення впливу війни на їхні емоційні стани, а також необхідність надання підтримки для зменшення стресу та поліпшення їхнього психологічного благополуччя.

Порівняємо зміну показників вияву емоційних станів у різні періоди (на початок війни та після шести місяців активних бойових дій). Прояв емоційних станів протягом тривалих воєнних дій змінився (див. рис. 2.2).

Показник емоційного стану «переляк» у перші дні війни мав 1-ше рейтингове місце; через півроку рейтингове місце знизилося до 5-ї позиції. Також змінилися показники емоційного стану «боязнь»: на початку війни це було 2-ге місце, упродовж шести місяців знизилося до 3-го. Зміна цих показників є ознакою адаптації до шоку та війни. Через півроку відбулася адаптація до нової реальності, молоді люди актуалізували свій потенціал копінгу (способів справлятися зі стресом), адаптувалися до небезпеки, відбулася зміна емоційних пріоритетів.

У міру тривалості війни студенти поступово пристосовуються до нової реальності. Початковий шок та страх послаблюються, респонденти навчаються жити зі стресом та невизначеністю, які супроводжують війну. Це детермінує зміну пріоритетів щодо переживань та емоційних станів. За півроку активних воєнних дій студенти навчилися краще керувати своїми емоціями та реагувати на стрес. Вони використовують стратегії копінгу для зменшення відчуття переляку та боязні. Це привело до зміни в рейтингових показниках цих емоційних станів.

Тривала війна зумовила у студентів: деяке звикання до небезпеки (вони навчилися оцінювати реальні ризики та приймати обґрунтовані рішення, що

сприяє зниженню рівня переляку та боязні); переоцінку власних емоційних станів та пріоритетів (первинний шок і страх змінюються на інші емоційні реакції, такі як хвилювання, побоювання або невизначеність). Це і є підставою зміни рейтингових показників емоційних станів.

Порівняння показників психоемоційних станів респондентів у двох екстремальних ситуаціях (пандемії COVID-19 та війни) дає можливість виокремити деякі тенденції, а саме – під час самоізоляції у період пандемії у студентів діагностовано найвищі показники за шкалами «занепокоєння» та «побоювання» [28, с. 16]. Причому ці показники зберігають свої лідерські позиції (хоча наявне і зменшення показників) незалежно від часу (чи це початок карантину, чи через півроку самоізоляції).

Щодо вияву психоемоційних станів під час війни, констатуємо різну зміну показників. А саме: респонденти демонструють наявність високих показників емоційних станів «переляк» та «боязнь» – на початку війни, «хвилювання» та «побоювання» – через півроку війни. Узагальнюючи, слід зазначити, що за півроку студенти:

- поступово адаптувалися до складних кризових умов, пов'язаних з війною;
- розвинули власні стратегії копіngu та навчилися ефективніше керувати емоціями, що поліпшило їхню здатність контролювати хвилювання та побоювання;
- навчилися оцінювати реальні ризики та реагувати на них; розвинули більш раціональне розуміння ситуації.

Отже, психологічна реакція на тривалу кризу реалізовується у зміні емоційних станів. Переляк та боязнь замінюються хвилюванням, оскільки студенти ставляться до ситуації більш активно та мобілізовано. Це пояснює зміну рейтингового місця цих емоційних станів. Таким чином, соціологічне опитування констатує, що за півроку відбулася зміна психоемоційних станів молоді.

Наведене свідчить як про адаптацію, так і про стресову реакцію на війну. Інтерпретація цих змін залежить від контексту та інших чинників.

*Адаптація.* У психології адаптація відображає здатність особи або групи до пристосування до нових умов. Зміна емоційних переживань, наприклад, від переляку та боязні до хвилювання та побоювання, вказує на те, що студенти навчилися правильно реагувати на стресові ситуації і знаходити способи адаптації.

*Стрес.* Зміни у психоемоційних станах є наслідком стресу, який має місце в умовах воєнного стану. Хвилювання та побоювання свідчать про невпевненість і тривожність стосовно майбутнього та безпеки. Звісно, стрес може мати як позитивний, так і негативний вплив на людину.

Позитивний аспект: іноді стрес є джерелом розвитку, а також підвищення обізнаності особистості. У цьому випадку хвилювання демонструє прагнення бути більш обережними і відповідальними.

Негативний аспект: постійний стрес і тривожність негативно впливають на фізичне і психічне здоров'я. Якщо ці психоемоційні стани стають патологічними, то вони спричиняють деградацію якості життя.

Загалом, потрібно провести докладне психологічне дослідження, щоб краще зрозуміти, що стоїть за цими змінами та як вони впливають на студентів. Дослідження може також допомогти розробити стратегії психологічної підтримки та допомогти студентам краще адаптуватися до умов війни та стресових ситуацій.

#### **2.4. Умови та особливості навчання здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану**

Навчання студентів в умовах війни відбувалося в дистанційній формі. «Для забезпечення та реалізації якісного освітнього процесу в кризовій ситуації, а саме в умовах воєнного стану потрібно керуватися основними принципами організації такого формату навчання: самостійність у здобутті знань, поєднання широкого спектру традиційних і новітніх інформаційних технологій» [2, с. 56-57].

Війна є серйозним джерелом стресу та тривоги для студентів. Вони хвилюються за свою особисту безпеку, безпеку своїх родин та близьких, а також за майбутнє країни. Цей постійний стрес впливає на їхню здатність концентруватися, на мотивацію до навчання. «Постійне перебування в напруженому стані погіршує психічне здоров'я як викладачів, так і студентів, тому загальна мотивація до навчання та викладання не є стійкою» [15, с. 63].

Дистанційне навчання студентів в українських закладах вищої освіти, особливо в умовах воєнного стану, створює специфічні психологічні умови для студентів. «У Концепції розвитку дистанційної освіти в Україні вказано, що це форма навчання, рівноцінна очній, вечірній, заочній та екстернату, яка реалізується, в основному, за технологіями дистанційного навчання» [13, с. 3].

Дистанційне навчання унеможлиблює безпосередню фізичну присутність в університетському середовищі та обмежує контакти з викладачами та однокурсниками. Це призводить до почуття самотності, відчуженості та відсутності підтримки з боку однолітків та спільноти. Війна створює додаткове навантаження для студентів. Вони повинні бути здатними ефективно організувати свій час, самостійно мотивуватися та регулювати свої навчальні процеси. Війна порушує звичайний розпорядок дня студентів та змінює їх звичне життя. Втрата буденності та стабільності руйнує внутрішній баланс, здатність до самоорганізації та виконання навчальних завдань.

Дистанційне навчання в умовах війни детерміноване безпекою життя студентів, але воно також створює додатковий психологічний тиск. Важливо, щоб університети забезпечували підтримку здобувачів (включаючи психологічну), розуміння та гнучкість в навчальному процесі, щоб забезпечити успішність у навчанні.

Українські дослідники вивчали особливості навчання студентів під час війни. А саме вони констатували, що «шоковий стан, який виник в суспільстві після початку широкомасштабної агресії росії проти нашої держави 24 лютого 2022 року, безумовно позначився на освітньому процесі. Використання системи дистанційного навчання було мінімізоване» [22, с. 102]. «До кінця травня 2022

року освітній процес увійшов у звичний режим, а пік активності користувачів системи дистанційного навчання припав на кінець місяця, що є типовим для періоду сесії» [22, с. 103].

Проведене нами соціологічне опитування також досліджувало особливості дистанційного навчання здобувачів вищої освіти. Як показало опитування, більшість студентів (64,68%) зазначили, що умови воєнного стану не вплинули на їх участь в освітньому процесі (рис. 2.8). Однак 29,56% досліджуваних вважають, що умови навчання погіршилися (різною мірою).

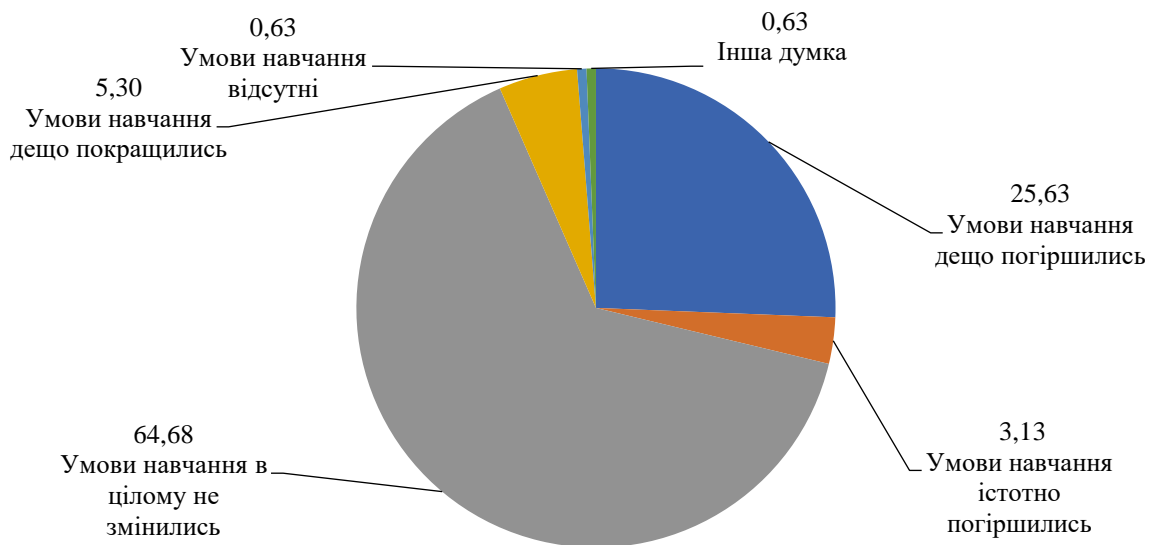


Рис. 2.8. Самооцінка участі студентів в освітньому процесі в умовах воєнного стану, %

Більш глибокий аналіз дає змогу виокремити побутові труднощі навчання студентів в умовах воєнного стану. При цьому більшість респондентів зазначають наявність гарних умов навчання – окремої кімнати (72,8%) або автономного робочого місця (17,50%) (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

### Самооцінка умов навчання здобувачів вищої освіти в умовах війни

Умови навчання	%
Є окрема кімната, в якій можна усамітнитись під час участі в дистанційних заняттях	72,81
Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод брати участь у дистанційних заняттях	17,50
Постійного місця для занять немає, щоразу для участі в дистанційних заняттях потрібно пристосовувати	8,75

Умови погані, зовсім немає зручного місця для участі в дистанційних заняттях	0,94
--	------

Вагомим викликом у дистанційному навчанні в умовах війни стало відключення електроенергії. Проте більшість респондентів зазначають, що сторонні перешкоди не заважали їм навчатися (табл. 2.7). Необхідно зазначити, що на час опитування тривалих вимкнень електрики ще не було.

Таблиця 2.7

### Самооцінка впливу перешкод на участь у дистанційних заняттях

Ставлення студентів до впливу перешкод на дистанційні заняття	%
Ні, ніхто не турбує	40,00
Іноді виникають, але не дуже заважають	45,00
Часто виникають, але не дуже заважають	6,88
Іноді виникають, і дуже заважають	3,75
Часто виникають, і дуже заважають	3,44
Постійно і дуже заважають	0,94

Більш детальний аналіз можна здійснити на підставі відповідей студентів на запитання «Чи є проблеми у процесі користування технікою під час участі у дистанційному навчанні» (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

### Самооцінка проблем у користуванні технікою під час дистанційного навчання

Проблеми у користуванні технікою у дистанційному навчанні	%
Немає, техніка працює безперебійно	36,90
Є, бо техніка не нова й іноді (або часто) зависає	25,40
Є, техніка не моя, і не завжди вдається використовувати її протягом необхідного часу	0,80
Є, бо є перебої (іноді або часто) з Інтернетом	35,83
Інша ситуація	1,07

Узагальнюючи, зауважимо, що більшість студентів вважають, що сторонні перешкоди і відключення електроенергії не вплинули на якість їхнього навчання. Вважаємо, що це є досить оптимістичною, прагматичною, соціальною перспективою. Такий результат свідчить про те, що студенти знайшли способи адаптуватися до викликів, пов'язаних з відключенням електроенергії, і продовжили своє навчання. Можливо, вони використовували альтернативні



джерела енергії, такі як генератори або сонячні панелі, або знаходили інші шляхи доступу до навчальних ресурсів, наприклад, через мобільні пристрої або інтернет-кафе. Цей факт може свідчити про резильєнтність та детермінованість студентів.

Проте можемо інтерпретувати це явище й іншим чином. Респонденти мають достатній запас навчальних матеріалів або доступ до розподіленого навчального контенту, який дає їм змогу продовжувати навчання. У них є запаси паперових підручників, посібників або інших навчальних матеріалів, які допомагають просуватися у своїх навчальних програмах. Це є результатом гарної організованості студентів, які враховували можливі перешкоди та забезпечили себе необхідними ресурсами.

Важливу роль у дистанційному навчанні відіграє забезпеченість респондентів різною комп'ютерною технікою та гаджетами (табл. 2.9).

*Таблиця 2.9*

#### **Технічна оснащеність студентів для участі в дистанційному навчанні**

<b>Забезпеченість технікою</b>	<b>%</b>
Маю особистий стаціонарний комп'ютер	13,30
Маю особистий ноутбук	38,20
Маю особистий мобільний телефон чи планшет	46,57
Особистої техніки не маю, але вона є в сім'ї, і я можу користуватись	1,50
Особистої техніки не маю, але взяв на тимчасове користування у знайомих, родичів, друзів	0
Особистої техніки не маю, але взяв напрокат	0
Інша ситуація	0,43

Результати опитування засвідчують, що студенти гірше забезпечені технікою порівняно із ситуацією самоізоляції під час пандемії. А саме: 13,3% респондентів зазначили, що мають власний стаціонарний комп'ютер (в умовах самоізоляції під час пандемії цей показник був 19,9%); 38,2% мають особистий ноутбук (при опитуванні під час пандемії – 58,23%); 46,57% – особистий гаджет (під час попереднього опитування – 69,63%) [28, с. 44-45]. Тобто можна констатувати, що в умовах війни студенти гірше забезпечені технікою для дистанційного навчання.

Є декілька можливих причин, чому студенти в умовах війни менше забезпечені технікою та гаджетами для дистанційного навчання, ніж під час самоізоляції в екстремальній ситуації пандемії [28, с. 46-47]. Тобто, широкомасштабна війна:

- призвела до пошкодження інфраструктури, включаючи телекомунікаційні мережі та енергетичні системи. Це детермінує зниження доступності Інтернету та інших технологій, необхідних для дистанційного навчання;

- зумовила економічні труднощі і зниження життєвого рівня в країні. Студенти та їхні родини вимушені зменшувати витрати на технологічне обладнання, щоб задовольнити основні потреби;

- спричинила евакуацію або втрату майна студентами та їхніми сім'ями. Втрата комп'ютерів, смартфонів та іншого необхідного обладнання обмежує доступ до дистанційного навчання;

- змушує до переміщення, їх віддаленості від університетів та спільноти. Це ускладнює отримання необхідної підтримки та допомоги в організації доступу до технічних засобів;

- створює проблеми з безпекою, що ускладнює функціонування університетів. Студенти відчувають страх і небезпеку при використанні цифрових пристроїв чи Інтернету.

Усі ці причини ускладнюють процес навчання для студентів, що перебувають в умовах війни. Вони обмежені у доступі до технологій та гаджетів, які необхідні для ефективного дистанційного навчання. Вирішення цих проблем потребує комплексного підходу, який включає забезпечення студентів необхідними ресурсами та постійною підтримкою з боку освітніх установ та міжнародного співтовариства.

Порівняно з початковим етапом пандемії, коли багато освітніх установ були не готові до переходу на дистанційне навчання [28, с. 40-42], під час війни вжито додаткових заходів для підтримки освітнього процесу в цифровому середовищі. Адміністрації університетів більше інвестували в інфраструктуру, надали необхідне програмне забезпечення та навчили викладачів ефективного

використанню технологій дистанційного навчання. Це і посприяло поліпшенню сприйняття навчального матеріалу в умовах воєнного дистанційного навчання.

Умови війни спонукають студентів, викладачів та інших учасників освітньої спільноти до пошуку інноваційних шляхів вирішення проблем, пов'язаних з дистанційним навчанням. У таких екстремальних ситуаціях відбувається більше співпраці, обміну досвідом та підтримки одне одного. Це стимулює розвиток навичок та знань, необхідних для успішного дистанційного навчання. Багато заходів щодо утримання вищої освіти на якісному рівні повинні запроваджувати і держава, і адміністрації вищих закладів освіти.

Під час дистанційного навчання в умовах самоізоляції пандемії встановлено існування «досить суперечливої тенденції. З одного боку, популярність вищої освіти залишається на високому рівні, що зумовлено прагненням застрахувати свою майбутню кар'єру чи уникнути безробіття. А з іншого – недостатню спрямованість молоді саме на здобуття знань» [24, с. 73].

Проте під час війни отримано показники зростання і популярності вищої освіти, і усвідомленості необхідності освіти для забезпечення майбутнього. «Дистанційна форма навчання вимагає від студента не тільки самодисципліни, однак і психологічної готовності сприймати нову інформацію. Багато студентів говорять про те, що в таких екстремальних умовах вчитися складніше, потрібно мати силу волі, щоб налаштуватися та зосередитися на самостійному вивченні навчального матеріалу, не завжди виходить уточнювати деталі у викладачів та відповідати на питання» [17, с. 291]. Це зумовило посилення вмотивованості до навчання в умовах війни порівняно з періодом ковіду. Проведені психологічні дослідження також констатують зміну мотивації студентів. А саме: «мотив "досягнення успіху" зменшується. Можна стверджувати, що мотиви навчання змінюються змістовно: стають більш професійно зорієнтованими» [27, с. 243-244]. Отже, в умовах воєнного стану студенти більш вмотивовані до активної участі в освітньому процесі, оскільки розуміють важливість здобуття професійних знань та вмінь.

В опитуванні студенти зазначили, що вони адаптувалися до дистанційної освіти. Досвід навчання в умовах самоізоляції під час пандемії підготував респондентів до дистанційної освіти в умовах війни (табл. 2.10). Отримані результати свідчать, що до дистанційного навчання адаптувалися не тільки студенти, а й викладачі, які змінили методику викладання та удосконалили свої навчально-методичні матеріали. Саме такі зусилля педагогів допомогли зробити процес сприйняття навчального змісту для студентів легшим та цікавішим.

Таблиця 2.10

### Сприйняття навчального матеріалу у дистанційному навчанні

Сприйняття навчального матеріалу	%
Проблем немає, до дистанційної форми занять вдалося повністю пристосуватись	75,53
Є проблеми через незвичне сприйняття лекції (заняття)	12,98
Є проблеми через незадовільну форму викладання	2,95
Є проблеми через технічні збої під час викладання з вини викладача	2,65
Є проблеми із-за технічних збоїв під час викладання з вини технічної служби університету	0,59
Навчальний матеріал слабо пристосований для його трансляції в електронній формі (мало наочного матеріалу, громіздкий текст, не має інтерактивної форми...)	4,42
Інша думка	0,88

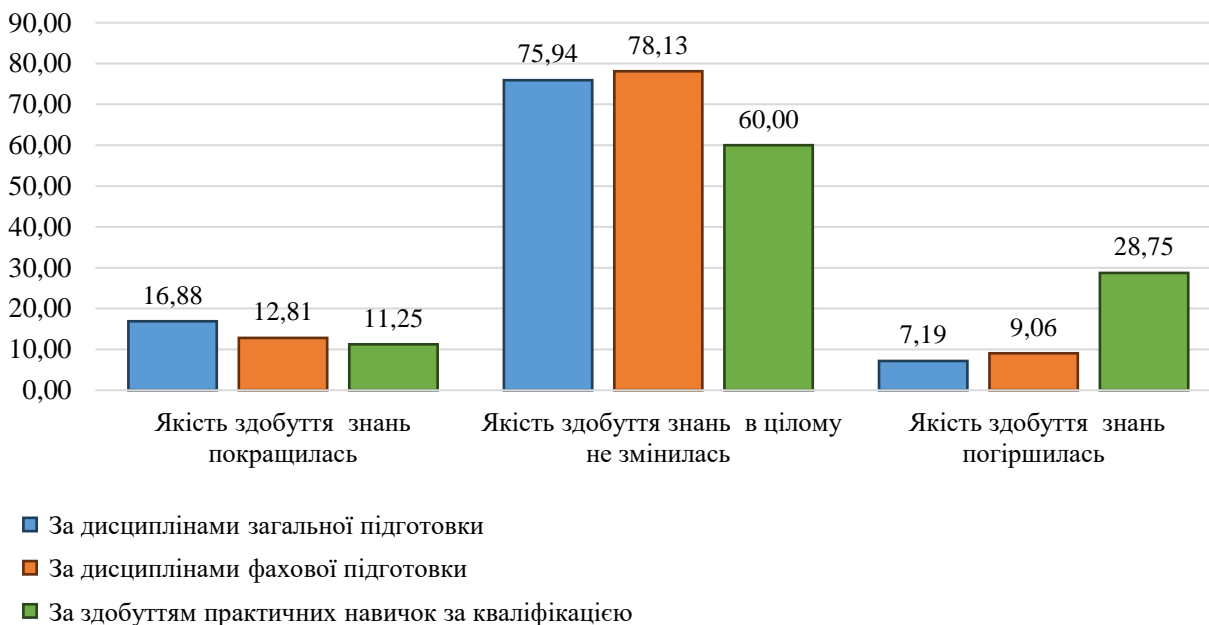
Цей факт підтверджують і відповіді на запитання «У період воєнного стану чи виникають труднощі у доступі до навчальної літератури?». Більшість респондентів відповідають, що проблем з доступом до навчальної літератури немає (табл. 2.11). Це доводить, що всі учасники освітнього процесу більш підготовлені до дистанційного навчання і мають вже відповідний досвід.

Таблиця 2.11

### Самооцінка доступу до навчальної літератури, %

Навчальна література	Література за професійною підготовкою	Література за неосновними дисциплінами	Практичні посібники
Труднощів не має, вся необхідна навчальна література доступна	79,06	68,13	63,13
Труднощі у доступі до навчальної літератури є, але незначні	19,38	28,75	25,94
Труднощі в доступі до навчальної літератури великі	1,56	3,13	10,94

Важливим питанням дистанційного навчання в умовах воєнного стану є якість освіти порівняно з очним навчанням. Переважна більшість респондентів вважає, що введення дистанційного навчання на якості освіти, набутті знань порівняно з очним навчанням в університеті, в цілому не погіршилося, проте набуття практичних навичок за фахом потребує покращення (рис. 2.9).



**Рис. 2.9. Порівняння студентами дистанційного навчання з очним, %**

Таку ж тенденцію зафіксовано у студентів і під час самоізоляції пандемії: «переважна більшість респондентів вважає, що введення дистанційного навчання на якості освіти, набутті знань, порівняно з очним навчанням в університеті, в цілому, не відобразилося, проте погіршилися умови набуття практичних навичок за фахом» [28, с. 41].

Якщо респонденти в умовах воєнного стану зазначають, що якість освіти покращилася, то цікавими є причини цього поліпшення. Вагома частина респондентів (32,21%) вважають, що навчання відволікає їх від психологічних проблем воєнного стану, 27,72% зазначають, що дистанційка дає змогу краще розподіляти свій час (табл. 2.12).

*Таблиця 2.12*

### **Причини покращення якості дистанційної освіти**

<b>Причини покращення дистанційного навчання</b>	<b>%</b>
Навчання стало більш вмотивованим	2,81

Навчання відволікає від психологічних проблем воєнного стану	32,21
Більше часу можна приділити для засвоєння навчального матеріалу	13,11
Ширше коло можливостей для самостійної роботи з інформацією	11,05
Є змога планувати час між навчанням та іншими справами	27,72
Новий досвід навчання	11,61
Інше	1,50

Під час війни студенти перебувають у складних умовах, пов'язаних з загрозою для особистої безпеки, страхом і тривогою щодо майбутнього. Ці емоційні та психологічні навантаження впливають на здоров'я і академічну успішність студентів. У таких обставинах дистанційне навчання є більш сприятливим для психологічного благополуччя студентів. Ось кілька причин, чому деякі студенти вважають, що якість дистанційного навчання покращилася:

- зняття психологічної напруги. Дистанційне навчання зменшує стрес, пов'язаний з потребою безпосередньої присутності в університеті. Студентам не потрібно переживати через небезпеку на шляху до навчального закладу або небезпеку, яка може існувати в університеті під час війни;

- гнучкість і самостійність. Студенти можуть бути більш гнучкими в організації свого навчання. Вони самостійно розподіляють свій розклад з урахуванням власних обставин і розпочинають навчання тоді, коли це найбільш зручно для них. Ця свобода допомагає знизити стрес і поліпшити загальний настрій здобувачів;

- можливості для самозростання. Дистанційне навчання надає доступ до онлайн-ресурсів та інструментів, які надають змогу студентам самостійно розвиватися і досліджувати нові, цікаві теми. Таким чином, вони відволікаються від негативних емоцій, пов'язаних з війною, та більше зосереджуються на навчанні, що викликає задоволення і позитивні емоції.

Варто зауважити, що це лише деякі можливі причини, чому студенти вважають, що якість дистанційного навчання покращилася в умовах війни. Однак не всі респонденти погоджувалися з цією думкою, і їхні оцінки розходилися залежно від особистих обставин, доступності технологій та підтримки, яку вони мають під час дистанційного навчання. Важливо враховувати індивідуальні

потреби та досвід студентів, а також забезпечувати належну підтримку, щоб зробити дистанційне навчання якомога більш ефективним і комфортним для всіх студентів, особливо в умовах війни.

Слід зауважити, що наведені причини переваг дистанційної освіти суттєво відрізняються від причин зазначених респондентами під час пандемії: «більше часу можна приділяти для засвоєння навчального матеріалу (18,3% – найбільший показник)» [28, с. 42].

Якщо респонденти в умовах воєнного стану відповідають, що якість освіти погіршилася, то цікавими є причини цього погіршення. Вагома частина респондентів (28,09%) вважають, що їм важко зосередитися на навчанні через постійну психологічну напругу: 18,94% зазначають, що їм не вистачає безпосереднього спілкування (табл. 2.13). Також проведені психологічні дослідження констатують, що «воєнний стан в Україні може суттєво впливати на зниження бажання до активної участі в навчальному процесі» [14, с. 39].

Таблиця 2.13

### Причини погіршення якості дистанційної освіти

Причини погіршення дистанційного навчання	%
Навчанню заважає психологічна ситуація постійного стресу, підвищеної тривожності, занепокоєння	13,96
Важко зосередитися на навчанні через постійну напругу	28,09
Самостійне опрацювання матеріалу (без роз'яснення викладача) є складним	11,08
Відсутнє живе спілкування	22,31
Не вистачає практичних умінь і навичок	18,94
Важко займатися вдома	4,01
Інше	1,61

Очевидно, що зазначені причини суттєво відрізняються від виокремлених студентами недоліків дистанційної освіти в умовах самоізоляції пандемії: «самостійне опрацювання матеріалу без роз'яснень викладача не цілком ефективне (14,3% – найвищий показник)» [28, с. 43].

Отримані результати суголосні з іншими, що наведені у сучасних публікаціях. Багато досліджень вивчали переваги та недоліки дистанційного навчання. А саме: «Визначено, що перевагами онлайн-навчання для студента є можливість обирати час та місце проведення занять; легкість у контактуванні із

викладачем через пошту, чат, дистанційні платформи; сором'язливі здобувачі освіти на онлайн-заняттях отримують можливість легше навчатись; таке навчання дає можливість здобувачам освіти із обмеженими можливостями навчатись з дому. Доведено, що недоліками онлайн-навчання для студента є брак контакту між здобувачем освіти та викладачем; здобувачу освіти потрібно значно більше часу витратити на те, щоб освоїти матеріали навчальної програми; через зовнішні фактори виникає неможливість чітко зосередитись на навчанні» [18, с. 197].

Сьогодні для українських студентів поєднало два серйозних виклики: – війну та дистанційне навчання. Виникла нова категорія «воєнне дистанційне навчання», яке вимагає нових навичок самоорганізації, самодисципліни та волі для самонавчання в умовах постійного стресу. Деяким студентам складно адаптуватися до цих змін і управляти своїм часом та ресурсами без безпосередньої присутності та режиму, який забезпечує традиційна освітня установа. Та ще й умови воєнного стану чинять серйозний психологічний тиск на здобувача, що може викликати зниження продуктивності в навчанні. Все це може призвести до перекручення думки студентів про якість дистанційного навчання в умовах війни. Важливо забезпечувати підтримку здобувачів шляхом доступу до психологічної підтримки, ресурсів для саморозвитку.

Цікаво, що третина студентів вважає, що навчання допомагає їм відволіктися від психологічної напруги, зумовленої війною, а третина вважає, що навчання посилює напругу, оскільки вони не можуть зосередитися на навчанні, бо стрес, зумовлений війною, заважає їм. Маємо яскраво виражені протилежні тенденції. Ці тенденції щодо впливу навчання на психологічне самопочуття студентів в умовах війни пояснюються різними індивідуальними факторами та умовами, з якими вони стикнулися: реакція на стрес, досвід, підтримка.

*Реакція на стрес.* Кожна людина має свій власний спосіб реагування на стресові ситуації. Деякі студенти знаходять у навчанні відволікання та полегшення. Інші, навпаки, відчувають, що психологічна напруга, спричинена війною, заважає їм зосередитися на виконанні навчальних завдань.

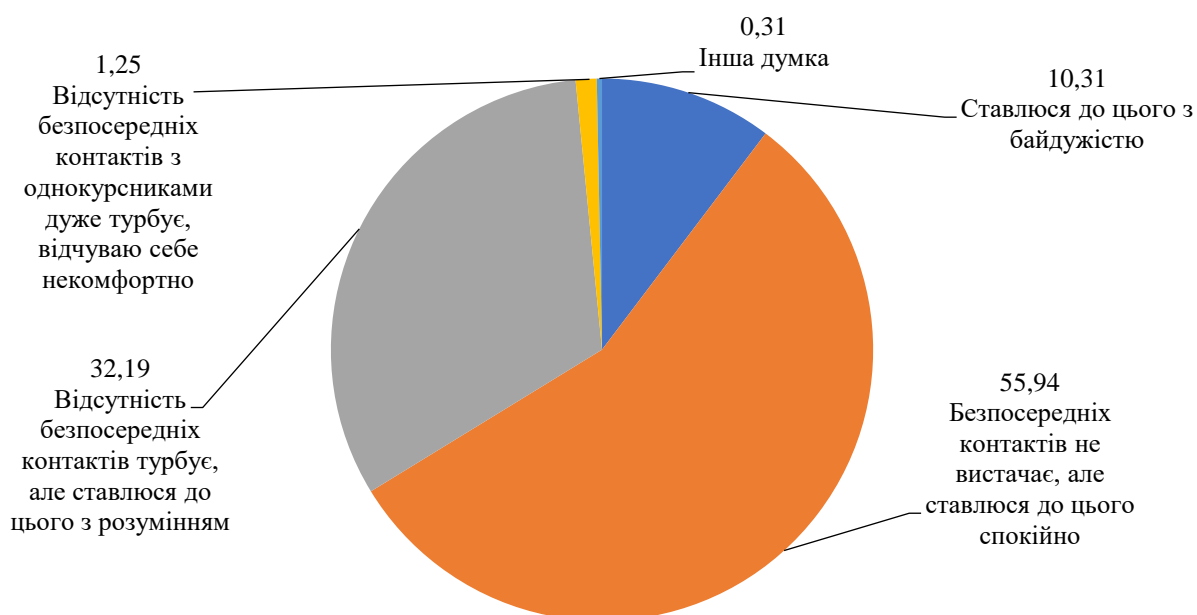


*Досвід.* Реакція студентів на навчання в умовах війни залежить від їх особистого досвіду і конкретних обставин. Ті, хто має поблизу рідних, близьких або друзів, які перебувають у небезпеці, відчувають психологічний тиск, який заважає їм зосередитися на навчанні. У той же час, інші студенти сприймають навчання як важливий спосіб втекти від реальності і відволіктися від психологічної напруги.

*Підтримка.* Рівень підтримки, яку студенти отримують від університету, викладачів та одногрупників, зумовлює їх сприйняття впливу навчання на психологічну напругу. Якщо студенти отримують ефективну підтримку та ресурси для копіngu зі стресом, вони оцінюють вплив навчання на свій емоційний стан позитивно. Натомість, якщо підтримка обмежена або недостатня, здобувачі відчувають посилення психологічної напруги у процесі дистанційного навчання.

Важливо зрозуміти, що індивідуальний досвід студентів та контекст війни є дуже різними, тому може існувати широкий спектр думок та сприйняття стосовно впливу навчання на психологічну напругу. У таких ситуаціях важливо забезпечувати індивідуальний підхід до студентів, надавати доступ до підтримки та ресурсів для копіngu зі стресом, а також створювати можливості для відкритого діалогу та обміну думками між здобувачами, щоб розуміти їхні потреби та забезпечити належну підтримку під час навчання в умовах війни.

Звернемо увагу на те, що 22,31% респондентів серед причин погіршення умов навчання зазначають, що їм не вистачає безпосереднього спілкування (див. табл. 2.13). Отримані результати констатують зростання показників потреби у безпосередньому спілкуванні (55,94%) порівняно з таким же показником в умовах самоізоляції пандемії (53%) (рис. 2.10) [28, с. 30-31]. Таким чином, можемо констатувати, що в умовах війни зросла потреба у міжособистісному спілкуванні, у соціальній підтримці. Однак, щоб робити висновки, необхідно визначити можливі причини зростання цих показників.



**Рис. 2.10. Ставлення студентів до безпосереднього спілкування, %**

В умовах воєнного стану відбувається зміна у соціальних стереотипах та уявленнях про інших людей, що може привести до більшого прагнення до спілкування і співчуття. Війна створює складні ситуації та стресові умови для людей, які мають втрати або переживають травми. В таких випадках підтримка з боку близьких та соціальне спілкування можуть стати важливим джерелом психологічної підтримки. Війна детермінує підвищення рівня напруги та стресу у суспільстві, що може спонукати людей до більш активного пошуку соціальної підтримки та спілкування. В таких умовах багато людей відчувають потребу в зміцненні зв'язку з родиною та друзями, оскільки це може створити почуття єдності та безпеки.

На запитання «У якій формі Ви підтримуєте контакти зі своїми однокурсниками в період воєнного стану?» отримано найбільш типові відповіді: через мережу Інтернет – 51,88%; через мережу Інтернет та засобами телефонного зв'язку – 29,06% (табл. 2.14).

**Форма контактів студентів під час воєнного стану**

<b>Форми контактів</b>	<b>%</b>
Через мережу Інтернет	51,88
Через мережу Інтернет	29,06
Засобами телефонного зв'язку	
Через мережу Інтернет	
Засобами телефонного зв'язку	9,69
Зустрічаємось	
Через мережу Інтернет	2,19
Зустрічаємось	
Засобами телефонного зв'язку	1,88
Зустрічаємось	0,94
Ніяк не підтримую	4,38

Відповіді на аналогічні запитання під час самоізоляції пандемії розподілилися наступним чином: через мережу Інтернет – 94%; через мережу Інтернет та засобами телефонного зв'язку – 47%. Таким чином, спілкування в умовах війни засобами Інтернету та телефонного зв'язку суттєво зменшилося. Можна припустити, що в умовах воєнного стану люди стали більш самоізолюваними, замкнутими, можливо, навіть депресивними. Обґрунтовуючи такі зміни, необхідно виокремити кілька факторів, що можуть впливати на поведінку людей під час війни: безпека та обмеження пересування; відсутність доступу до засобів зв'язку; емоційний стрес та тривога; руйнування попередніх соціальних зв'язків; культурні чинники.

*Безпека та обмеження пересування.* В умовах війни, особливо в активних воєнних зонах, люди обмежені у вільному пересуванні та спілкуванні через страх за свою особисту безпеку.

*Відсутність доступу до засобів зв'язку.* Воєнні дії призводять до переривання зв'язку, обмеження доступу до Інтернету та телефонного зв'язку, зокрема у зоні бойових дій.

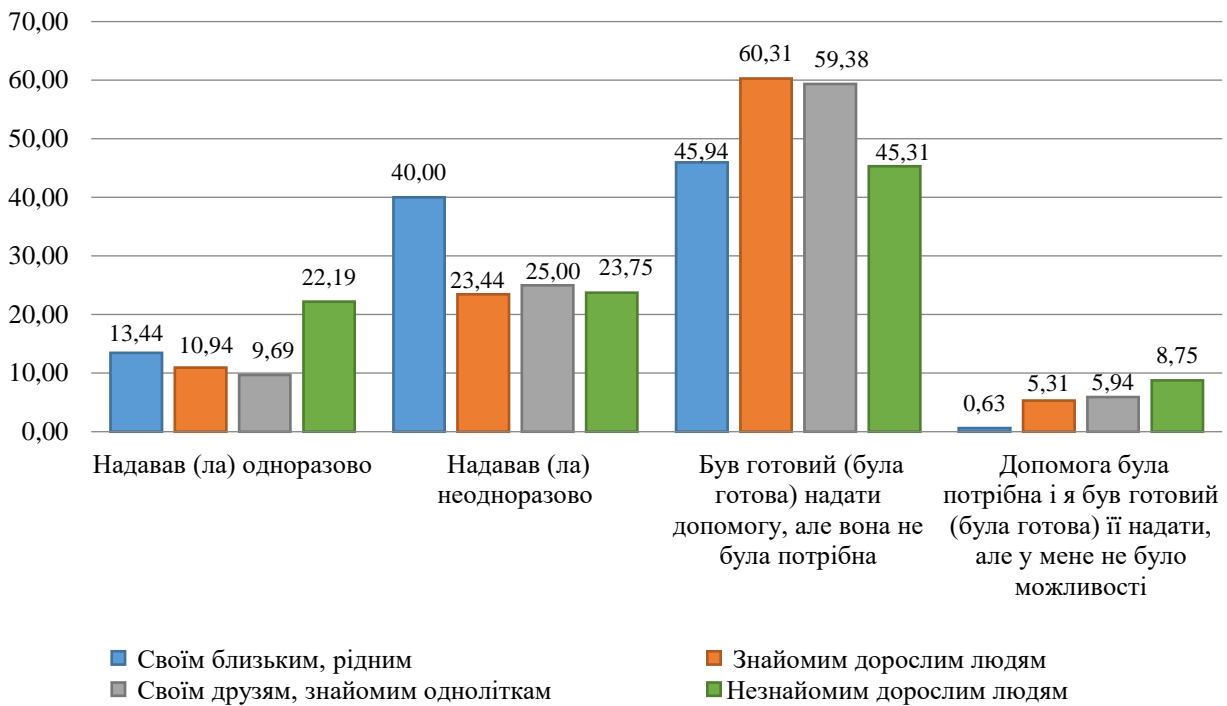
*Емоційний стрес та тривога.* Війна посилює емоційний стрес та тривогу, що змінює спосіб, яким люди шукають та підтримують соціальні контакти. Люди уникають спілкування, бажаючи уберегти себе від емоційного навантаження.

*Руйнування соціальних зв'язків.* Екстремальна ситуація війни руйнує соціальні зв'язки та створює бар'єри для зв'язку через втрату спільних інтересів або географічну віддаленість.

*Культурні чинники.* Соціокультурні особливості та традиції впливають на те, як люди реагують на воєнний стан та як змінюють свої звички у спілкуванні. Важливо зазначити, що різні «соціокультурні заходи можна проводити і в форматі онлайн. Платформа Zoom.us дозволяє проведення різних позааудиторних заходів патріотичного, профорієнтаційного та наукового характеру» [3, с. 47].

Необхідно вказати, що на основі лише статистичних даних складно зробити однозначні висновки про освітній процес в умовах воєнного стану. Поведінка та сприйняття війни у кожного індивіда залежить від багатьох факторів. Щоб отримати більш глибоке розуміння впливу воєнного стану на навчання, на учасників освітнього процесу, необхідно проводити додаткові дослідження та враховувати індивідуальні контекстуальні особливості.

В умовах обмеження соціальних контактів важливим для людини стає її соціальна активність, соціальна адаптація. Однією із форм такої соціальної активності є волонтерство та надання допомоги іншим людям. Під час війни студенти стали більш соціально активними, а саме 28% респондентів неодноразово надавали допомогу іншим, найбільше – рідним. Аналогічний показник в умовах самоізоляції пандемії становив 19,25% (рис. 2.11). Суттєво зросли показники надання допомоги знайомим дорослим – 23,44% (в умовах пандемії ковіду – 13,7%), своїм друзям, знайомим одноліткам – 25% (в умовах ковіду – 15,3%), незнайомим дорослим – 23,75% (в умовах ковіду – 4,2%).



**Рис. 2.11. Надання студентами допомоги іншим під час воєнного стану, %**

Зростання соціальної активності студентів та збільшення кількості наданої допомоги іншим у період війни можна обґрунтувати кількома причинами: потреба у солідарності та підтримці; розвиток емпатії та співчуття; соціальна мобілізація; пошук власного сенсу та значущості; розвиток активності.

*Потреба в солідарності та підтримці.* В умовах війни суспільство переживає важкі часи, які викликають потребу в солідарності та підтримці одним одного. Студенти як активна група населення відчувають відповідальність за допомогу тим, хто потребує допомоги, особливо рідним та знайомим.

*Розвиток емпатії та співчуття.* Війна створює емоційне навантаження, що може спонукати респондентів щодо більшого розуміння та співчуття щодо інших людей, які переживають труднощі.

*Соціальна мобілізація.* В умовах воєнного стану соціальні проблеми стають більш актуальними, тому студенти активно надають допомогу тим, хто її потребує.

*Пошук сенсу та значущості.* У воєнний період люди часто звертаються до акцій доброти та волонтерства для пошуку сенсу та значущості у складних

умовах. Допомога іншим стає засобом впливу на суспільство і формує відчуття особистої належності до добрих справ.

*Розвиток активності.* Кризові ситуації формують активність. Кризові періоди, такі як війна, змушують людей діяти та займати громадянську позицію у соціальних питаннях, що сприяє збільшенню соціальної активності.

Водночас важливо зазначити, що виявлені тенденції мають відносний характер та можуть залежати від різних факторів, таких як конкретні обставини воєнного стану, національна та культурна специфіка суспільства, індивідуальні характеристики студентів тощо. Однак підвищення соціальної активності та допомоги під час війни є свідченням позитивного розвитку громадянської свідомості та бажання сприяти поліпшенню ситуації в країні.

Підсумовуючи, слід зазначити, що студенти розуміють необхідність введення дистанційної форми навчання. Здобувачі стали більш вмотивованими до здобуття фаху, більш соціально активними.

Враховуючи всю складність воєнного стану, важливим є питання, чи мають респонденти побоювання щодо отримання якісної вищої освіти за фахом. Отримано такі відповіді: 34,06% – побоюються деякою мірою; 4,69% – дуже побоюються (табл. 2.15).

Таблиця 2.15

### **Побоювання студентів щодо отримання якісної освіти за фахом в умовах воєнного стану**

<b>Ступінь побоювання</b>	<b>%</b>
Зовсім не побоююся	18,75
В цілому не побоююся, але ймовірність цього не виключаю	42,19
В якійсь мірі побоююся, хоча багато залежить від мене самого (самої)	34,06
Дуже побоююся, але буду що-небудь робити, щоб уникнути цього	4,69
Якість освіти за фахом однозначно буде поганою	0,31
Інша думка	0,00

Доцільно порівняти отримані показники з аналогічними під час пандемії ковіду. Отже, тоді загалом 49,8% респондентів мали побоювання (різною мірою) щодо отримання якісної фахової вищої освіти. У період воєнного стану цей показник знизився до 39,06%. Це може бути детерміновано кількома причинами.

- Воєнний стан посилює контроль та гарантує безпеку в країні. Це сприяє створенню стабільного середовища, яке знижує рівень побоювань студентів. Коли ситуація стабілізується, люди зазвичай відчують більшу впевненість щодо майбутнього та готові до нових викликів, таких як дистанційне навчання. Під час воєнного стану люди зазвичай переживають підвищений рівень тривоги та стресу. Це спричиняє зниження інтересу до навчання або підвищує рівень страху перед непередбачуваністю і ненадійністю майбутнього. Однак з поліпшенням ситуації ці реакції послаблюються.

- Воєнний стан зазвичай супроводжується економічними викликами та нестабільністю. Це призводить до зниження рівня фінансування освіти та інших можливостей для здобувачів вищої освіти. Зниження фінансової стабільності зменшує доступність освіти та створює побоювання щодо отримання якісної освіти.

- Війна змінює економічні перспективи та можливості працевлаштування. Це впливає на мотивацію студентів навчатися, оскільки вони відчують, що важко буде знайти роботу або розвиватися у своєму фаху.

- В умовах воєнного стану освітні інституції зосереджуються на забезпеченні додаткової підтримки та допомоги студентам, які переживають стресові ситуації. А це може знизити рівень побоювань та створити сприятливіші умови для навчання.

Також можна пояснити зниження показника побоювань студентів внаслідок активізації громадянської позиції та більшої вмотивованості студентів. Про це свідчать такі аргументи: посилення патріотичного настрою, відповідальності, зміна цінностей, прагнення допомогти країні, налаштованість на позитивні зміни.

*Посилення патріотичного настрою.* Війна посилює патріотичні почуття всіх громадян, включаючи студентів: люди більш свідомо ставляться до важливості освіти для країни та їхньої ролі у подальшому розвитку нації. Воєнний стан вимагає від людей більшої відповідальності та мобілізації зусиль для допомоги країні. Студенти стають більш налаштованими на працю та

навчання, розуміючи, що їхні знання та навички можуть допомогти вирішити виклики, що стоять перед країною.

*Зміна цінностей.* Війна змінює пріоритети та цінності. У такому контексті студенти сприймають себе частиною загального зусилля розвивати та захищати свою країну, що сприяє зростанню їхньої вмотивованості до отримання якісної освіти.

*Прагнення допомогти країні.* Війна збуджує у здобувачів вищої освіти бажання допомагати своїй країні, використовуючи свої навички та знання. Студенти прагнуть розвивати себе академічно, щоб бути більш корисними і ефективними для суспільства.

*Налаштованість на позитивні зміни.* Воєнний стан детермінує зміни у політичних, соціальних та економічних сферах країни. Молодь розуміє, що зміни створюють нові виклики, які дадуть їм і нові можливості. Це стимулює студентів зосередитися на освіті, щоб бути готовими до нових викликів та можливостей.

Однак слід зазначити, що вплив воєнного стану на здобувачів вищої освіти є індивідуальним і залежить від конкретних обставин та характеристик кожної окремої особи. Тобто студенти повинні адаптуватися до викликів, пройти соціальну адаптацію до умов воєнного стану. Дослідники доводять, що успішна соціальна адаптація до освітнього процесу в умовах воєнного стану забезпечує подальший розвиток студента як особистості та майбутнього професіонала. Від того, наскільки швидко та ефективно він подолає перешкоди в ході оволодіння професійними компетенціями, залежить, як він реалізує свої здібності у сфері професійної діяльності та поза нею [10, с. 191].

\*\*\*

Проведення соціологічного опитування здобувачів вищої освіти в умовах війни є важливим і необхідним. Війна має довготривалі соціальні та психологічні наслідки для молоді. Важливим є сприйняття молоддю війни, умов воєнного стану. Результати опитування студентів констатують, що 84,38% респондентів вважають обмежувальні заходи воєнного стану адекватними і потрібними. Більшість студентів залишилися в Україні, з родиною, проте 9,06% виїхали з



країни. Необхідно враховувати, що респондентами соціологічного опитування були студенти Закарпатського регіону, який вважається найбільш безпечним. Проте, якщо війна призведе до втрати талановитих студентів і фахівців, це має бути тривожним для держави.

Війна може детермінувати стрес та тривогу серед студентів. Опитування надає можливість з'ясувати їхні потреби, побажання та конкретні проблеми, з якими вони стикаються, щоб адміністрації закладів вищої освіти могли адаптувати свою роботу до нових умов. Доведено, що війна та обмеження воєнного стану посилюють окремі психоемоційні стани.

Здобувачі вищої освіти, коли стався «шок» початку війни, зазначають наявність таких емоційних станів: «переляк», «боязнь», «хвилювання», «побоювання», «стійкий невроз», «стрес», «повний спокій». Стани перераховані за принципом від більшого значення до меншого. Результати демонструють найвищі показники за станами «переляк» та «боязнь».

Через півроку широкомасштабної війни студенти зазначають наявність таких емоційних станів: «хвилювання», «побоювання», «боязнь», «повний спокій», «переляк», «стійкий невроз», «стрес». Стани перераховані за принципом від більшого значення до меншого. Результати демонструють найвищі показники за станами «хвилювання» та «побоювання».

Показник емоційного стану «переляк» у перші дні війни мав перше рейтингове місце, через півроку рейтингове місце знизилося до 5-ї позиції. Також змінилися показники емоційного стану «боязнь»: на початку війни це було 2-ге рейтингове місце, через шість місяців знизилося до 3-го місця. Зміна цих показників може бути ознакою пристосування респондентів до шоку та війни. За півроку відбулася адаптація до нової реальності, молоді особи актуалізували свій потенціал копінгу, адаптувалися до небезпеки, відбулася зміна емоційних пріоритетів.

Узагальнюючи, також констатуємо, що 68,44% респондентів вважають, що загальний стан власного здоров'я не змінився, погіршення здоров'я різного

ступеня зазначають 29,38% студентів, 2,19% вважають, що фізичне самопочуття поліпшилося.

Війна може серйозно вплинути на освітні установи, на якість здобуття спеціальності. Опитування дає змогу з'ясувати потреби учасників освітнього процесу, побажання та конкретні проблеми, з якими вони стикаються, щоб заклади вищої освіти могли адаптувати свою роботу до нових умов. Більшість респондентів (64,69%) зазначили, що умови воєнного стану не вплинули на їхню участь в освітньому процесі. Студенти вважають, що сторонні перешкоди і відключення електроенергії не вплинули на якість їх навчання. Вважаємо, що це є досить оптимістичною, прагматичною, соціальною перспективою. Також значна частина студентів зазначає, що не має проблем з доступом до навчальної літератури. Це підтверджує, що всі учасники освітнього процесу більш-менш підготовлені до дистанційного навчання і мають вже відповідний досвід. Вагома частина респондентів (32,21%) вважають, що навчання відволікає їх від психологічних проблем воєнного стану: 27,72% зазначають, що дистанційка дає змогу раціональніше розподіляти свій час.

29,56% респондентів вважають, що умови навчання погіршилися (різною мірою). Причому студенти зазначають, що вони гірше забезпечені технікою порівняно із ситуацією самоізоляції в умовах пандемії. А саме, 13,3% респондентів зазначили, що мають особистий стаціонарний комп'ютер (в умовах самоізоляції під час пандемії цей показник був 19,9%); 38,2% мають особистий ноутбук (при опитуванні під час самоізоляції – 58,23%); 46,57% мають особистий гаджет (під час попереднього опитування – 69,63%). Тобто можна констатувати, що в умовах війни студенти гірше забезпечені технікою для дистанційного навчання.

Вагома частина респондентів (28,09%) вважають, що їм важко зосередитися на навчанні через постійну психологічну напругу, 18,94% зазначають, що їм не вистачає безпосереднього спілкування.

Узагальнюючи, зазначимо, в умовах війни 39,06% респондентів мають побоювання щодо отримання якісної освіти. Під час пандемії цей показник був

49,8%. Під час війни студенти можуть навчитися адаптуватися до складних умов та навчання в нових обставинах. Ця адаптація може підвищити їхню впевненість у здатності здобути якісну освіту, навіть в умовах війни.

Війна детермінує виникнення стресу та тривоги серед студентів. У таких умовах спілкування може бути важливим способом знайти підтримку та поділитися емоціями з іншими людьми, які переживають подібні випробування. Спільність і розуміння можуть допомогти знайти ресурси для психологічної підтримки. 22,31% респондентів серед причин погіршення умов навчання зазначають, що їм не вистачає безпосереднього спілкування. Отримані результати констатують зростання показників потреби у безпосередньому спілкуванні (55,94%) порівняно з таким же показником в умовах ковідної самоізоляції (53%). Таким чином, можемо припустити, що в умовах війни зростає потреба у міжособистісному спілкуванні, у соціальній підтримці.

Основним засобом контакту під час ковідної самоізоляції та в умовах воєнного стану залишається мережа Інтернету, проте в період війни цей показник зменшився з 94 до 51,88%. Також зазначено, що використання Інтернету та засобів мобільного зв'язку в комбінації впало з 47 до 29,06%. Обґрунтовуючи такі зміни, можна припустити декілька факторів, що можуть впливати на поведінку людей у період воєнного стану: безпека та обмеження пересування; відсутність доступу до засобів зв'язку; емоційний стрес та тривога; руйнування попередніх соціальних зв'язків; культурні чинники.

В умовах обмеження соціальних контактів важливим для людини стає її соціальна активність, соціальна адаптація. Однією із форм такої соціальної активності є волонтерство та надання допомоги іншим людям. За час війни студенти стали більш соціально активними, а саме: неодноразово надавали допомогу іншим - 28% респондентів; найбільше надавалася допомога рідним. Аналогічний показник в умовах самоізоляції пандемії становив 19,25%. Суттєво зросли показники надання допомоги знайомим дорослим (в умовах війни – 23,44%, в умовах пандемії – 13,7%), своїм друзям, знайомим одноліткам (в

умовах війни – 25%, в умовах карантину – 15,3%), незнайомим дорослим (в умовах війни – 23,75%, в умовах карантину – 4,2%).

Важливим фактором в умовах війни є створення студентської спільноти для взаємопідтримки. Умови воєнного стану сприяють єднанню студентської спільноти та обміну досвідом і підтримці.

## **РОЗДІЛ 3.**

### **ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ У ВІЙНІ: ВИКЛИКИ ВИКЛАДАННЯ**

*Викладач є ініціатором та організатором освітнього процесу. Цей розділ висвітлює основні результати, тенденції проведеного соціологічного опитування викладачів закладів вищої освіти щодо впливу війни на соціально-психологічний, освітній та професійний аспекти їх життя в умовах воєнного стану. У дослідженні акцент зроблено на вивченні впливу війни на якість викладання та організацію педагогами якісного процесу для здобувачів.*

*Опитування дало змогу отримати від науково-педагогічних працівників об'єктивну оцінку ситуації під час війни. Виокремлено основні проблеми, з якими стикаються учасники освітнього процесу під час навчання в умовах воєнного стану. Результати соціологічного опитування можуть допомогти поліпшити якість навчання та забезпечити необхідну підтримку для викладачів у цій надзвичайно складній ситуації.*

#### **3.1. Ставлення викладачів до введення воєнного стану**

Соціологічне дослідження щодо ставлення викладачів до умов воєнного стану та їхнього сприйняття наслідків є важливим та актуальним завданням, особливо в умовах, коли Україна переживає складний період через війну. Наведемо кілька аргументів щодо необхідності такого соціологічного опитування.

*Управління та прийняття рішень.* Результати опитування нададуть необхідну інформацію для адміністрації, щоб краще зрозуміти громадську думку щодо заходів, які вони запроваджують, що допоможе приймати ефективні рішення.

*Соціальна підтримка.* Розуміння того, як викладачі сприймають ситуацію та її наслідки, дасть можливість адміністрації краще орієнтуватися в потребах цієї групи населення та надавати соціальну підтримку, яка є необхідною.

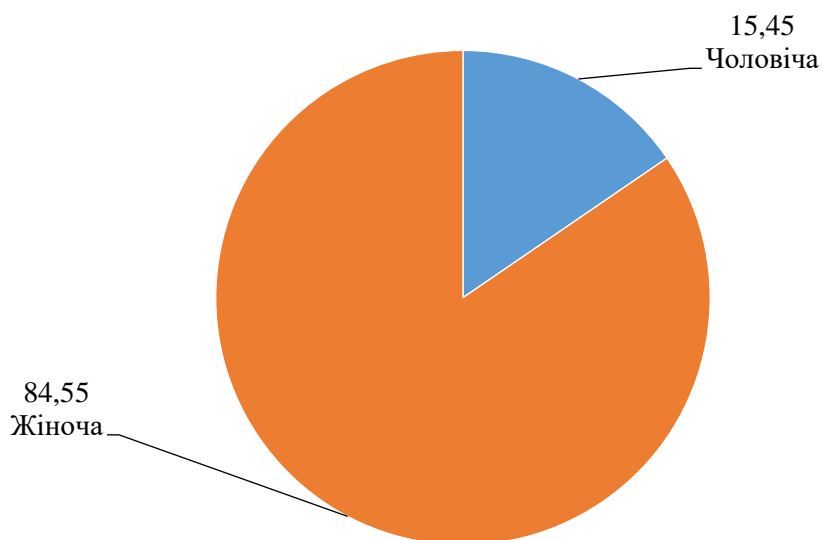
*Соціокультурний аналіз.* Результати соціологічного дослідження виокремлюють інсайти соціокультурних змін, які відбуваються серед науково-педагогічних працівників внаслідок війни та воєнного стану.

*Прозорість та демократія.* Проведення соціологічного дослідження свідчить про демократичний підхід в управлінні та бажання зрозуміти думку громадян, що сприяє збереженню довіри громадян до влади.

*Психологічний стан громадян.* Під час війни важливо враховувати психологічний та емоційний стан громадян. Здійснення соціологічного дослідження допомагає виявити найбільш поширені стани стресу та втоми, які впливають на якість навчання та праці викладачів.

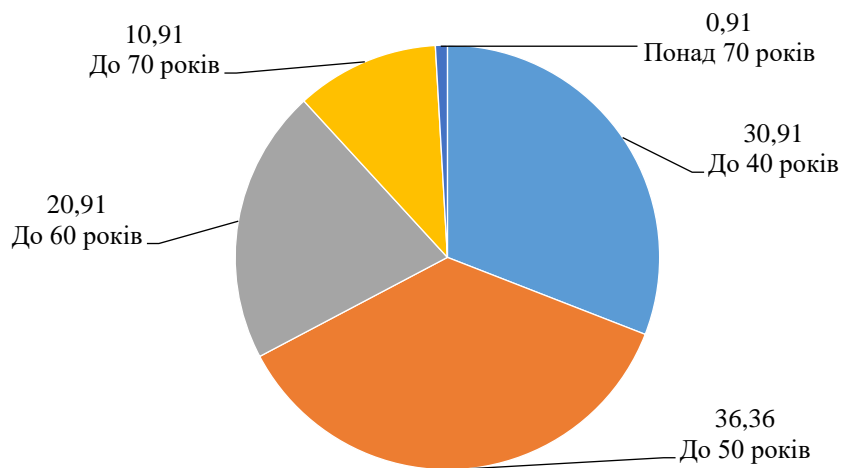
Зазначені аргументи доводять важливість соціологічного дослідження щодо ставлення викладачів до умов воєнного стану та їх наслідків.

Аналіз відповідей соціологічного опитування зумовлений якісними характеристиками вибірки викладачів: стать, вік. Переважна більшість опитуваних – саме жінки 84,55% (рис. 3.1).



**Рис. 3.1. Стать опитаних викладачів, %**

За віком вибірку респондентів можна розподілити на такі вікові групи: 36,36% викладачів – віком до 50 років; 30,91% – до 40 років; 20,91% – до 60 років; 10,91% – до 70 років (рис. 3.2).



**Рис. 3.2. Вік опитаних викладачів, %**

Отже, більшість опитаних викладачів – це жінки у віці до 60 років. Така категорія досліджуваних має свої психологічні особливості:

- освіта та інтелектуальний рівень – мають вищу освіту і високий інтелектуальний рівень, що впливає на їхню здатність аналізувати складні питання, включаючи стратегічні аспекти воєнної політики та заходів воєнного стану. Вони обізнані з геополітичними аспектами та міжнародними відносинами;

- аналітичний підхід – мають навички аналізу даних та вміння виокремлювати ключові аспекти проблем, що робить їх більш об'єктивними в оцінці ситуації та у необхідності впровадження заходів воєнного стану;

- педагогічний досвід – мають досвід взаємодії зі студентами та викладання різних дисциплін. Цей досвід детермінує їх здатність пояснювати та комунікувати складні концепції та інформацію щодо воєнних питань;

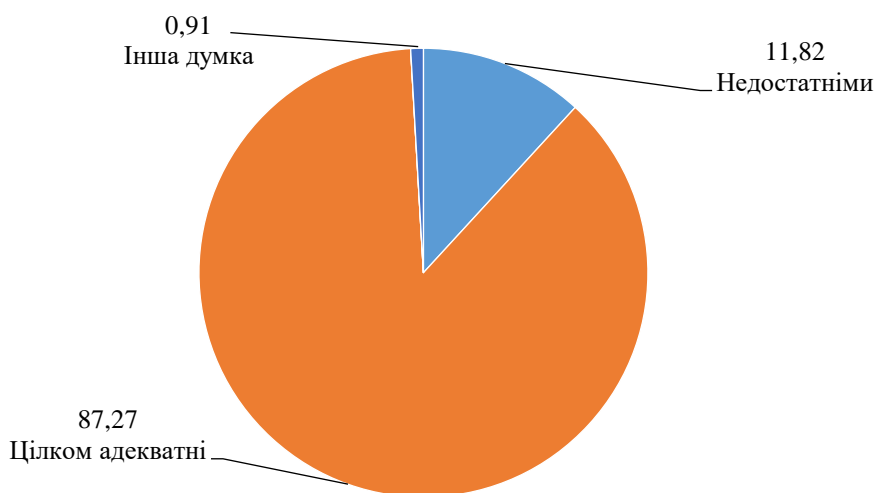
- перспективний підхід – сприймають питання воєнної політики через призму освіти та інтелектуальної діяльності;

- соціальна відповідальність – розуміють соціальну відповідальність і розглядають питання безпеки та заходів воєнного стану з погляду їхнього впливу на суспільство та майбутнє.

Ураховуючи ці аспекти, слід припустити, що викладачі університету, які є жінками у віці до 60 років, є більш обізнаними, аналітичними та об'єктивними у своїх відповідях на запитання про заходи воєнного стану. Вони висловлюють не

тільки власні погляди, але і загальні соціальні та політичні контексти при оцінюванні ситуації.

Соціологічне опитування включало ряд запитань, одне з яких стосувалося ставлення до заходів, які реалізовує держава: «В якій мірі Ви вважаєте заходи воєнного стану адекватними щодо небезпек війни?». Отримано очікувані результати (рис. 3.3): 87,27% респондентів підкреслили, що вважають заходи воєнного стану цілком адекватними; 11,82% вважають заходи щодо небезпек війни недостатніми.



**Рис. 3.3. Оцінка заходів воєнного стану, %**

Отримані показники вказують на значну підтримку та розуміння заходів воєнного стану серед досліджуваних респондентів і зумовлені такими факторами:

1. Перцепція загрози. Серед респондентів істотним є сприйняття рівня загрози. Якщо багато людей вважають, що війна є дійсною і серйозною, то це посилює підтримку заходів воєнного стану. Наприклад, якщо країна є у стані широкомасштабної війни, то це робить для громадян загрозу життю більш реальною.

2. ЗМІ та інформаційний контекст. Спосіб, яким ЗМІ та політичні лідери представляють інформацію про загрози у війні і необхідність заходів воєнного стану, суттєво впливає на думку громадян. Якщо ЗМІ активно розповсюджують інформацію про загрозу, то це також підвищує підтримку заходів воєнного стану.



3. Довіра до влади. Рівень довіри до владних структур є важливим фактором. Якщо населення довіряє владі і вважає, що приймаються розумні та обґрунтовані рішення щодо безпеки країни, то це підсилює підтримку заходів воєнного стану.

4. Соціокультурні особливості. Соціокультурні чинники, такі як історичний досвід, політичні переконання та соціальний статус, зумовлюють думку респондентів. Наприклад, ті, хто має досвід участі у воєнних діях або має родинні зв'язки з військовими, більше підтримують заходи воєнного стану.

Враховуючи ці фактори, можна констатувати наявність високого рівня підтримки заходів воєнного стану, довіри до влади та її здатності ефективно реагувати на загрози життю українців.

Війна змінила сприйняття майбутнього, яке стало для кожного невизначеним. Це вплинуло на плани та перспективи людей і викликало серйозну стурбованість щодо цього. Тобто війна:

- є причиною відмови людей від планів на отримання освіти, розвиток кар'єри або підприємницької діяльності на користь швидкого переїзду, евакуації або виживання, переорієнтування життєвих планів на інші, більш адаптивні;

- формує загальний страх та тривогу в суспільстві, люди відчують страх за свою безпеку, за долю близьких та майбутнє своєї країни. Це відчуття розбалансовує їхні емоції та психічне здоров'я і викликає внутрішню нестабільність;

- призводить до економічних труднощів, збитків у бізнесі, втрати робочих місць та зниження доходів;

- змушує багатьох залишити свої домівки та емігрувати в інші регіони або країни, що впливає на особисті плани на майбутнє та адаптацію;

- змінює цінності, причому деякі люди переоцінили свої цінності та життєві пріоритети перед обличчям загроз війни;

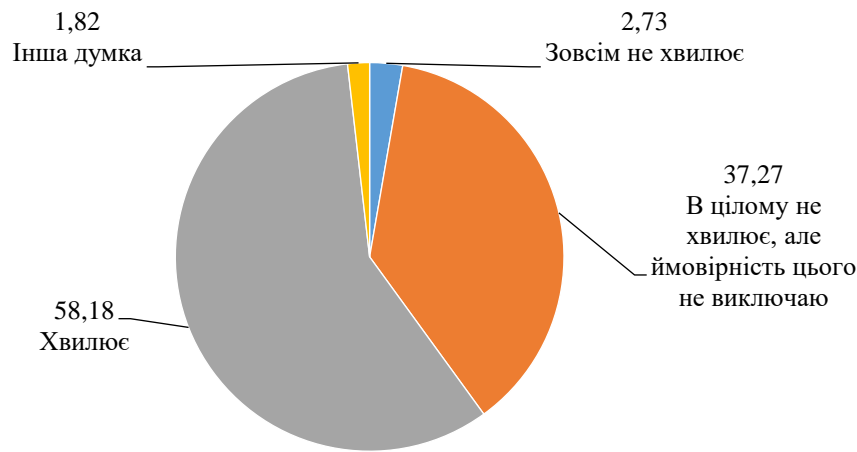
- впливає на активність громадян у суспільних та політичних процесах: вони стають більш вмотивовані долучитися до захисту своєї країни або брати участь у громадських рухах.

Залежно від конкретних обставин і того, як кожна людина сприймає війну, вплив на її плани, на майбутнє є різним. У таких складних ситуаціях важливими є підтримка, доступ до інформації та можливості адаптації для виживання та забезпечення безпеки.

Зазначені результати дають можливість сформулювати висновок про те, що викладачі університету виявляють високу підтримку заходам держави в умовах воєнного стану. Така підтримка свідчить про те, що педагоги розуміють серйозність ситуації, пов'язаної з війною, і готові дотримуватися встановлених правил та обмежень з метою забезпечення безпеки та стабільності. Вони сприймають заходи як необхідні для збереження громадського порядку та захисту національної безпеки.

### **3.2. Ставлення викладачів до матеріально-фінансових викликів внаслідок війни**

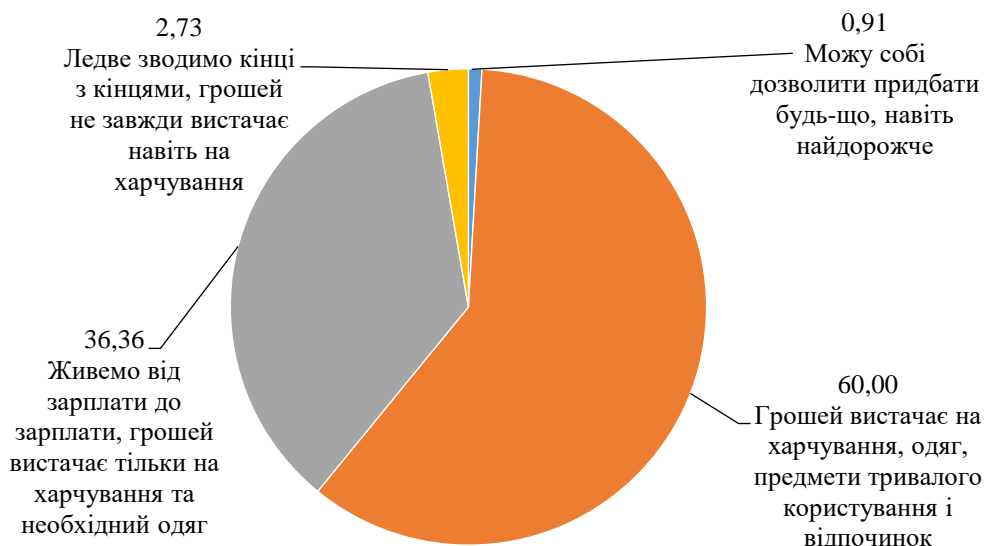
З метою вивчення ставлення викладачів до власного майбутнього у соціологічному опитуванні було поставлено перед респондентами запитання «Чи виникає у Вас занепокоєння з приводу того, що в результаті війни може відбутись скорочення штату в університеті?». Отримано такі результати: 58,18% викладачів зазначили, що це їх хвилює; 37,27% – в цілому не хвилює, але ймовірність цього не виключають (рис. 3.4). Нагадаємо, що в умовах пандемічної самоізоляції «побоювалися втратити місце праці 44,3% педагогів» [28, с. 96].



**Рис. 3.4. Оцінка занепокоєння викладачів щодо ймовірного скорочення штату в університеті внаслідок війни, %**

Очевидно, що впевненість у власному майбутньому залежить від матеріального резерву особистості. Фінансова забезпеченість надає можливість почувати себе більш впевнено у прийнятті рішень щодо перспективних планів. Викладачі зазначили, що їх середній дохід (на кожного члена родини) є таким: до 10 тис. грн – 80% респондентів, до 5 тис. грн – 14,55%, до 15 тис. – 3,64%, до 20 тис. – 1,82%. Таким чином, викладачі вважають, що матеріального резерву у них немає.

На запитання «Які життєві можливості забезпечує бюджет Вашої сім'ї?» педагоги відповіли таким чином: 60% респондентів констатують, що грошей вистачає на харчування, одяг, предмети тривалого користування і відпочинок; 36,36% стверджують, що живуть від зарплати до зарплати (рис. 3.5). 77,78% опитаних викладачів зазначили, що потребували матеріальної допомоги, причому 22,22% підкреслили, що необхідна була допомога для організації нормального харчування.



**Рис. 3.5. Можливість сімейного бюджету забезпечувати життєві потреби, %**

Отримані результати є тривожними і можуть вказувати на тенденцію до погіршення матеріального стану науково-педагогічних працівників. Більшість опитаних викладачів вказали, що потребують матеріальної допомоги навіть на харчування. Це свідчить, що більшість переживає фінансові труднощі в умовах воєнного стану.

Слід зауважити, що 55,56% опитаних викладачів вказали, що потребують коштів для адаптації свого життя до умов війни, наприклад закупівлі генераторів та інших необхідних засобів. Це також значна частка респондентів, що свідчить про необхідність фінансової підтримки для забезпечення безпеки та комфорту в умовах війни.

Узагальнення отриманих результатів доводить, що матеріальне становище багатьох науково-педагогічних працівників в умовах воєнного стану є незадовільним.

Великий відсоток респондентів висловлює потребу в фінансовій допомозі для забезпечення базових потреб, таких як харчування та безпека. Тобто важливо враховувати потребу в адаптації до умов війни, що включає в себе купівлю необхідних засобів для задоволення життєвих потреб.

Отримані результати дослідження можуть бути пояснені кількома чинниками.

1. *Змішаний вибірковий ефект.* Отримані дані показують розподіл доходів серед викладачів, але не враховують інших важливих факторів, таких як регіональні різниці в рівні життя, вік працівників, їх сімейний статус тощо. Для більш ґрунтовного аналізу потрібно враховувати вартість життя в Закарпатті та ціну основних продуктів у цьому регіоні.

2. *Економічна нестабільність.* Якщо ринок праці для науково-педагогічних працівників нестабільний, існує велика ймовірність тимчасових чи низькооплачуваних робочих умов. Це призводить до негативного сприйняття власного фінансового стану.

3. *Високі витрати на освіту.* Викладачі витратили значну частину свого доходу на освіту для себе або для своїх дітей. Це також створює враження низького матеріального резерву, навіть якщо їхні доходи вищі за середні.

4. *Порівняння з іншими.* Науково-педагогічні працівники порівнюють свої доходи з іншими професіями (часто – з вчителями у загальноосвітніх школах) або колегами у вищій освіті, і це впливає на їхню оцінку свого фінансового стану.

5. *Перспективи.* Можливо, викладачі розглядають свої доходи в контексті своїх майбутніх перспектив. Вони обурені тим, що недостатньо заробляють, щоб забезпечити свою пенсію або здійснити інвестиції у своє майбутнє.

Отже, необхідно брати до уваги різні фактори, які можуть впливати на сприйняття матеріального резерву викладачами, і, можливо, провести додаткове дослідження або опитування для кращого розуміння їхньої позиції.

У цьому контексті цікавими є відповіді викладачів на запитання «Який термін Ваші заощадження дозволять Вам прожити?». Найбільш вагомими є такі результати: 25,93% зазначають, що зможуть прожити 3 місяці; 24,07% – 6 місяців (табл. 3.1).

**Оцінка викладачами власних заощаджень**

<b>Термін забезпечення життя респондентів (місяці)</b>	<b>%</b>
2	14,81
3	25,93
4	3,70
5	11,12
6	24,07
10	1,85
12	11,12
18	3,70
24	1,85
48	1,85

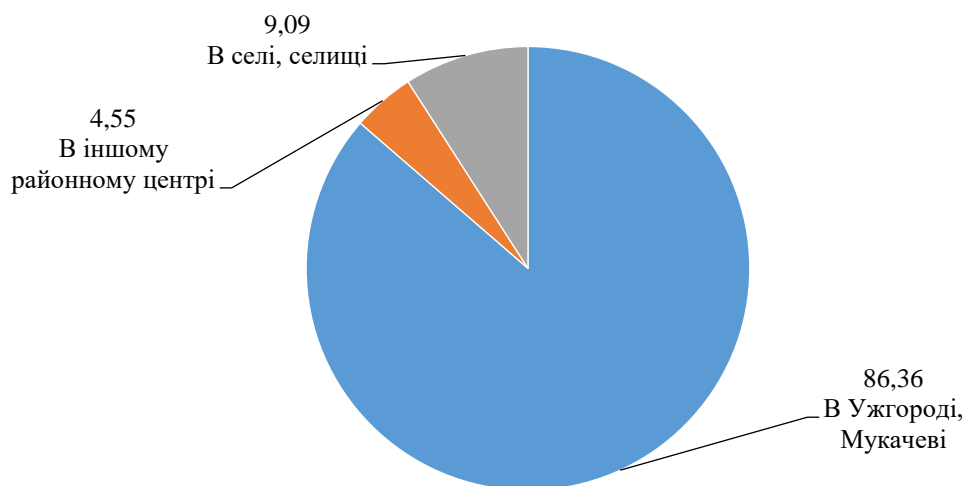
Важливим для кожної людини є вміння переборювати труднощі, шукати альтернативні шляхи виходу із важкої ситуації. Тривожними є відповіді викладачів на запитання щодо вирішення матеріальних труднощів, а саме: 58,26% зазначили, що не знають, як вирішити таку проблему; 33,04% відповіли, що мають наміри підробляти (табл. 3.2). Необхідно зазначити, що понад 58% викладачів вважають, що в умовах воєнного стану їхнє матеріальне становище суттєво погіршилося.

Таблиця 3.2

**Способи вирішення фінансових проблем в умовах воєнного стану**

<b>Шляхи вирішення фінансових труднощів</b>	<b>%</b>
Візьму кредит в банку	2,61
Візьму в борг засоби у родичів, знайомих	4,35
Щось продам зі свого майна	1,74
Продам деякі продукти, худобу	0,00
Буду підробляти	33,04
Не знаю, як буду вирішувати цю проблему	58,26

Вагомим для оцінювання ставлення викладачів до умов воєнного стану є місце проживання досліджуваних: більшість із них мешкає в містах Мукачєво або Ужгород – 86,36%; 9,09% – в селі (рис. 3.6).



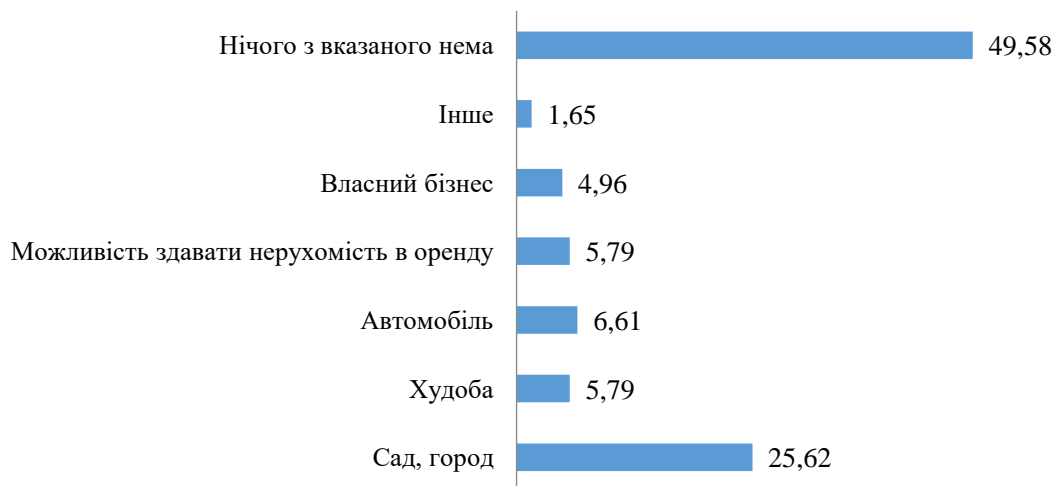
**Рис. 3.6. Місце проживання викладачів в умовах воєнного стану, %**

Закарпаття є специфічним регіоном – багато жителів мають власну земельну ділянку, працюють в саду або городі, мають худобу. В аналогічному опитуванні в умовах пандемії саме така діяльність надала змогу людям справлятися із труднощами самоізоляції [28, с. 80-81].

При вивченні налаштованості викладачів переборювати матеріальні проблеми цікавими були відповіді досліджуваних, чи розцінюють вони працю у власному домогосподарстві як джерело компенсації своїх фінансових труднощів. Отримано такі результати: 25,62% респондентів розцінюють роботу в саду та городі як додатковий заробіток (рис. 3.7). Важливим є те, що 6,61% вважають автомобіль джерелом доходу. 49,59% у господарстві не мають додаткового джерела доходу.

Отримані результати свідчать про важливість і різноманітність додаткових джерел доходу для жителів Закарпаття в умовах воєнного стану.

- Праця в саду та городі як додатковий заробіток (25,62%). Цей результат свідчить, що для більшості респондентів така робота стала важливим додатковим джерелом доходу – вона допомагає забезпечити сім'ю їжею і зменшити витрати на продукти. Водночас вона є способом забезпечення самодостатності і відчуття контролю над ситуацією.



**Рис. 3.7. Види додаткового доходу у господарстві в умовах воєнного стану, %**

- Автомобіль як джерело доходу (6,61%). Це менш поширена практика, але деякі респонденти визнають автомобіль джерелом доходу. Це означає, що вони можуть працювати як водії таксі, доставляти товари або виконувати послуги чи займатися іншими видами діяльності, пов'язаними з автомобілем.

- Відсутність додаткового джерела доходу (49,58%). Майже половина респондентів не має додаткового джерела доходу, що свідчить про виклики, з якими вони стикнулися під час війни. Це пов'язано з імовірною загрозою втрати роботи або іншими фінансовими труднощами, які ускладнюють особисту ситуацію.

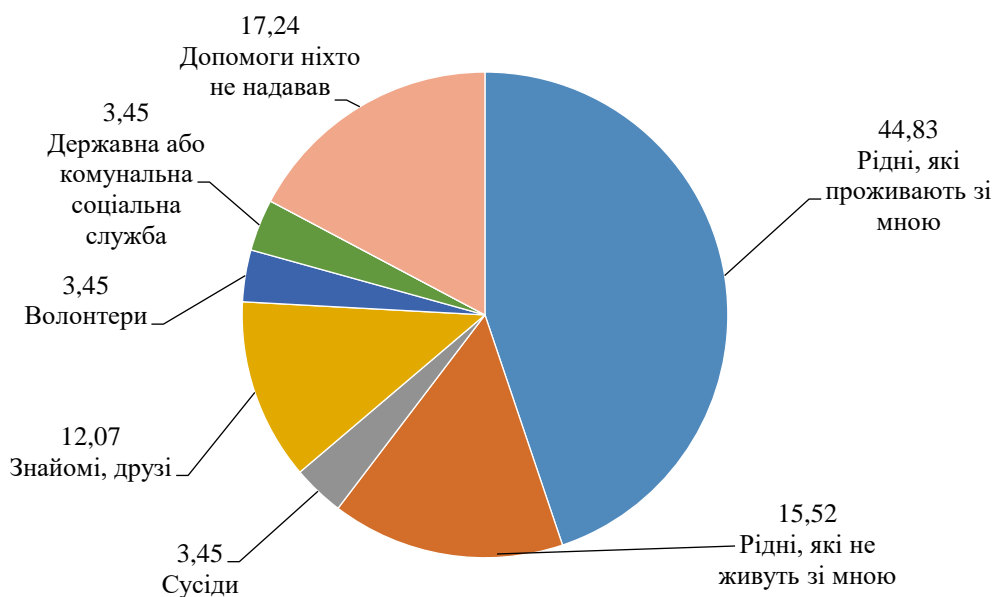
Узагальнюючи, зазначимо, що відповіді респондентів свідчать, що жителі Закарпаття шукають різні способи забезпечення своєї фінансової стабільності під час воєнного стану. Робота в саду та городі виявилася досить популярною серед респондентів, а також важливою, оскільки вона допомагає в забезпеченні продуктами харчування. У той же час деякі використовують автомобіль як джерело доходу, а інші стикаються з відсутністю додаткових джерел доходу, що вказує на потребу в додатковій підтримці і ресурсах для них.

Проведене соціологічне дослідження констатувало наявність значних матеріальних труднощів в опитаних викладачів. Можливі різні шляхи виходу із ситуації, один із яких – це прийняття допомоги від інших: рідних, знайомих, волонтерів, держави тощо (див. рис. 3.8).



*Рідні, які проживають разом (44,83%).* Багато респондентів отримують допомогу від своїх близьких, які живуть разом з ними. Це включає фінансову допомогу, поділ обов'язків або навіть спільне проживання для зменшення витрат.

*Рідні, які не проживають разом (15,58%).* Інша частина респондентів отримує допомогу від рідних, які не проживають з ними, що може включати грошові перекази, подарунки або іншу форму фінансової підтримки.



**Рис. 3.8.** Джерела надання допомоги викладачам в умовах воєнного стану, %

*Знайомі, друзі (12,07%).* Допомога від знайомих може включати як матеріальну, так і практичну підтримку, наприклад послуги чи речі.

*Державна або комунальна та соціальна служба (3,45%).* Деякі респонденти отримують допомогу від держави або соціальних служб у вигляді соціальних виплат або інших соціальних програм.

Важливо зауважити, що різні джерела допомоги можуть відрізнятися за своєю ефективністю та обсягом. Допомога від родини і рідних є більш доступною та надійною. Отримані результати також підкреслюють важливість ролі держави у полегшенні матеріальних труднощів в умовах воєнного стану.

Узагальнюючи результати опитування викладачів університету, можемо констатувати наявність складнощів та викликів, які виникають в умовах воєнного стану. Причому більшість із них не знають, як вирішити проблему.

58,26% відповідей свідчать про те, що більшість викладачів не визначилися, як вирішувати матеріальні труднощі. Це може бути пов'язано з тим, що вони є новачками у вирішенні таких питань або ж у них відсутній досвід інших схожих ситуацій.

Частка тих, хто розглядає підробіток або виразили намір підробляти, – 33,04%. Це свідчить про те, що вагома частина викладачів розглядає альтернативні шляхи виходу з матеріальних труднощів. Це є реакцією на відчуття нестабільності або потребу в додаткових фінансових ресурсах для самозабезпечення.

Зазначені результати дають можливість зробити такі висновки:

- Науково-педагогічним працівникам властиве велике хвилювання за майбутнє та стабільну роботу в університеті. В умовах воєнного стану багато людей відчують нестабільність і невизначеність, і викладачі університету не є винятком. Їхнє хвилювання за майбутнє може бути пов'язане з можливими змінами в роботі закладу вищої освіти, фінансовими труднощами та можливою необхідністю в адаптації до нових умов.

- Педагоги демонструють невміння шукати альтернативні джерела доходу та іншу роботу. Це доводить, що викладачі сконцентровані виключно на своїй основній роботі в університеті і тому відчують необхідність у допомозі щодо пошуку альтернативних джерел доходу або інших можливостей працевлаштування. Це може бути пов'язано зі специфікою роботи викладача, яка може вимагати значного часу та зусиль.

- Від викладачів очікується, що вони будуть прикладом для студентів у процесі розв'язання проблем. Тому важливо створювати систему підтримки для всіх учасників освітнього процесу.

- Викладачі вважають, що матеріального резерву у них немає. Більшість педагогів відповіли, що грошей вистачає на харчування, одяг, предмети тривалого користування. Вагома частина респондентів зазначили, що потребували матеріальної допомоги.

### **3.3. Вплив війни на психологічне та фізичне самопочуття викладачів університету**

Стресостійкість є важливою якістю людини, особливо в умовах війни чи інших надзвичайних обставин. Вона допомагає людині ефективно справлятися зі стресом, тиском та негативними подіями без серйозних негативних впливів на її психологічний і фізичний стан. Цією якістю зумовлюється кілька психологічних рис: рішучість, здатність до адаптації, емоційна та психологічна стійкість, збереження здоров'я, командна робота, формування позитивного настрою.

*Рішучість.* Життєві ситуації під час війни є надзвичайно напруженими та небезпечними. Стресостійка особа здатна зберегти рішучість та зосередженість навіть у найскладніших ситуаціях, що дає можливість приймати важливі рішення та швидко діяти відповідно до обставин.

*Здатність до адаптації.* В умовах воєнного стану ситуація стрімко змінюється. Стресостійкі люди легше пристосовуються до нових умов та невизначеності, адже вони зберігають здатність раціонально мислити й діяти навіть за непередбачуваних обставин.

*Емоційна та психологічна стійкість.* Люди, які контролюють свої емоції та стрес, здатні залишатися спокійними та розважливими, навіть коли їхнє оточення є в безладі. Це допомагає їм приймати правильні та обдумані рішення. Психологічна стійкість допомагає уникнути розвитку психологічних проблем, таких як посттравматичний стресовий розлад.

*Збереження здоров'я.* Постійний стрес негативно впливає на фізичне та психічне здоров'я. Стресостійкість допомагає знизити ризик розвитку психосоматичних захворювань, таких як виразкова хвороба, серцеві захворювання, та інших проблем, пов'язаних зі стресом.

*Командна робота.* В умовах воєнного стану важливою є здатність співпрацювати з іншими. Стресостійкість допомагає підтримувати ефективну комунікацію та спільну діяльність навіть у стресових умовах.

*Формування позитивного настрою.* Стресостійкі люди частіше здатні знаходити позитивні моменти навіть у важких ситуаціях. Це позитивно впливає на їхній психічний та емоційний стан.

Отже, стресостійкість є ключовою рисою, яка допомагає людині ефективно впоратися зі стресом, даючи змогу підтримувати здоров'я та ефективність в умовах війни та надзвичайних обставин.

Для визначення стресостійкості викладачів в умовах війни у соціологічному опитуванні було виокремлено такі психоемоційні стани-шкали: «спокій», «хвилювання», «побоювання», «переляк», «боязнь», «стійкий невроз», «стрес». Самооцінка за цими шкалами надала змогу зрозуміти рівень стресостійкості викладачів закладу вищої освіти в умовах війни.

«Спокій» – виявляє рівень психологічного комфорту та збалансованості в умовах воєнного стану.

«Хвилювання» – демонструє відчуття тривожності, яке пов'язане з невизначеністю та загрозами.

«Побоювання» – допомагає зрозуміти, які аспекти або ситуації створюють побоювання.

«Переляк» – виділяє найбільш інтенсивні та негативні реакції на стресові події.

«Боязнь» – ідентифікує фактори або обставини, які викликають сильну боязнь.

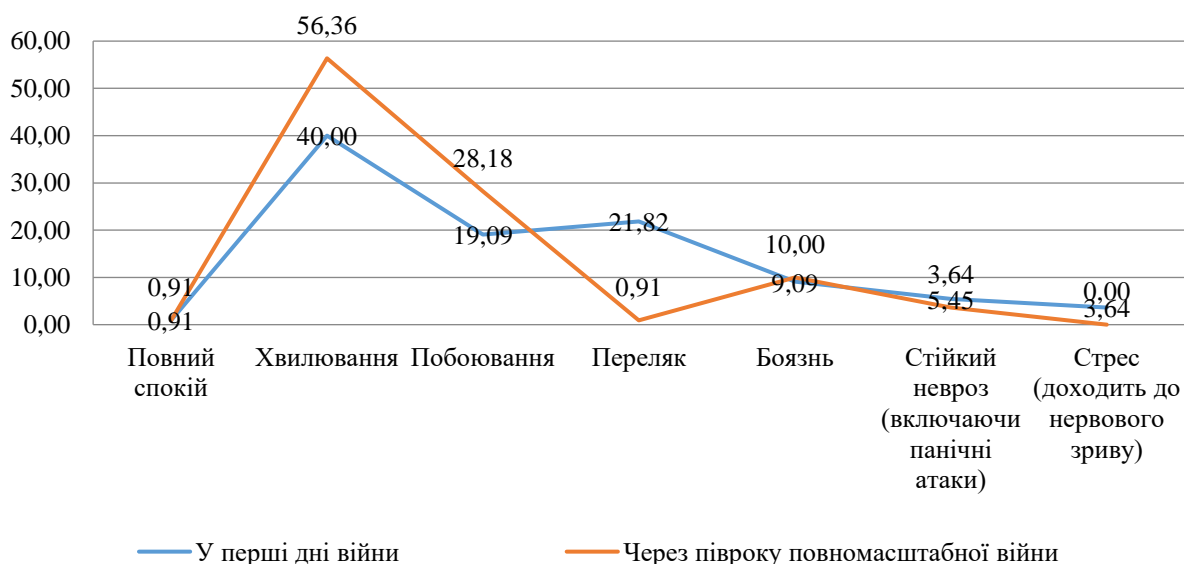
«Стойкий невроз» – констатує, наскільки інтенсивні та тривалі внутрішні стани нервозності.

«Стрес» – оцінює загальний рівень стресу та психологічного навантаження.

Часовий період соціологічної оцінки обрано в два етапи: на початку війни та через півроку. Такий часовий період обрано через певні причини. Шестимісячний період війни є достатнім часом для того, щоб індивіди мали можливість адаптуватися до нових умов та реалій. Протягом цього періоду відбуваються і зміни у соціальному оточенні, політичному контексті та загальній

ситуації, що може впливати на психологічний стан і стресову реакцію. Шестимісячний період дає змогу виявити, які події та ситуації відображають певні зміни у відчуттях і реакціях. Півроку є достатньо для того, щоб з'ясувати, як вплив воєнного стану та стресових обставин змінює психологічний стан людини. Поєднання станів та часового періоду допомагає зрозуміти, як викладачі реагують на війну, які аспекти є найбільш важливими та навіть з'ясувати можливі засоби підтримки та адаптації в цих умовах.

Отже, внаслідок дослідження відчуттів у викладачів отримано цікаві результати. Через півроку широкомасштабної війни відбулося зростання показників стресостійкості за такими шкалами: «Хвилювання» (з 40 до 56,36%); «Побоювання» (з 19,09 до 28,18%) (рис. 3.9).



**Рис. 3.9. Показники психоемоційного стану викладачів з плином часу, %**

Зростання показників стресостійкості у респондентів після півроку широкомасштабної війни пояснюється такими соціальними факторами:

1. Психологічна динаміка в стресовій ситуації. Перші 6 місяців війни викликають у викладачів зростання тривожності, хвилювання та побоювання через загострення ситуації, невизначеність та загрозу. Проте після цього періоду відбувається звикання до нової реальності, яка приводить до зростання показників стресостійкості відносно певних аспектів.

2. Адаптація до невизначеності. Умови воєнного стану часто супроводжуються невизначеністю щодо подальшого розвитку ситуації. Респонденти демонструють певний рівень хвилювання та побоювання через непередбачуваність майбутніх подій та їх можливий вплив на навчальний процес.

3. Відчуття відповідальності. Науково-педагогічні працівники, які мають великий вплив на молоде покоління, відчувають більшу відповідальність за підготовку та підтримку студентів, особливо в умовах воєнного стану. Це детермінує формування підвищеної тривожності та побоювання.

4. Емоційне навантаження. Війна призводить до зростання емоційного навантаження, яке викладачі переносять у навчальний процес. Несприятливий вплив стресових подій відображається на їхньому стані та відчуттях.

5. Руйнування усталеної буденності. Нові умови, які є наслідком війни, порушують звичну буденність та структуру життя педагогів. Наслідком цього є зростання хвилювання та побоювання, оскільки зміни в звичному порядку створюють відчуття невизначеності.

Слід підкреслити, що зростання показників окремих шкал стресостійкості у викладачів під час війни також детерміновано і психологічними особливостями. Саме умови воєнного стану спричиняють розвиток тривожності, побоювання, негативних емоцій в людини, тобто війна збільшує рівень загальної тривожності. Викладачі відчувають стурбованість стосовно своїх студентів, хвилювання через загрози та невизначеність ситуації. Педагоги побоюються можливих впливів війни на навчальний процес та на особистість здобувачів. Вони стурбовано реагують на різні події і намагаються передбачити можливі наслідки. Під впливом складної ситуації викладачі демонструють поєднання як позитивних, так і негативних емоцій. Наприклад, тривожність стосовно студентів поєднується зі стурбованістю та турботою. Цей феномен є реакцією на складну соціальну ситуацію та відображає спробу викладачів адаптуватися до нових умов, враховуючи свої відчуття та психологічні особливості.

У проведеному соціологічному опитуванні також діагностовано зниження показників стресостійкості у викладачів через півроку широкомасштабної війни за такими шкалами: «Переляк» (з 21,82 до 0,91%); «Стійкий невроз» (з 5,45 до 3,64%); «Стрес» (з 3,64 до 0%). Зниження цих показників спричинене такими факторами: адаптація, соціальна підтримка, стратегії подолання, зростання резильєнтності (див. рис. 3.9).

*Адаптація.* Півроку війни приводить до звикання до нових реалій. Викладачі пристосовуються до змін та невизначеності, що сприяє зниженню рівня переляку та стресу. Також діагностовано і зміну ситуації на краще, наприклад, поліпшення життєвих умов сприяє зменшенню психологічного навантаження та тривожності.

*Соціальна підтримка.* Позитивна взаємодія між колегами, підтримка з боку адміністрації сприяє зниженню стресу та відчуття небезпеки.

*Стратегії подолання.* Педагоги швидко розвивають ефективні стратегії подолання стресу, позитивного переосмислення, активної взаємодії з стресовими ситуаціями та використання релаксаційних методів.

*Зростання резильєнтності.* Відповідно до внутрішнього росту та розвитку, викладачі підвищують власний рівень резильєнтності.

Звісно, нас цікавили саме психологічні особливості такої ситуації. А саме те, що викладачі здатні швидко адаптуватися до нових обставин та структурувати свій підхід до життя. Під впливом важких подій вони розвивають стратегії подолання та знаходять способи копінгу зі стресом. Педагоги мають тенденцію до пошуку підтримки в однодумців та родини. Взаємодія з іншими заспокоює, сприяє розвитку позитивних емоцій та спаданню тривожності. Проте викладачі переоцінюють вплив негативних подій, шукаючи позитивні аспекти та можливості для особистого розвитку. Цікавим є і фактор зростання особистісної резильєнтності. Викладачі зростають особистісно завдяки власному досвіду подолання труднощів. Здатність справлятися зі стресом формує психологічну стійкість.

Важливим результатом опитування, на нашу думку, є зникнення відчуття стресу у викладачів після півроку широкомасштабної війни, що є наслідком таких процесів:

1. Адаптація. Тривалість війни дає час викладачам для адаптації до нової реальності. Початковий шок та невизначеність знівельовуються з часом, і педагоги усвідомлюють, як ефективно пристосовуватися до нових умов.

2. Подолання стресорів. За певних обставин важка ситуація спонукає до розвитку стратегій подолання стресорів. За піврічний період викладачі мали можливість розвинути адаптивні методики та засоби для ефективного подолання стресу.

3. Набуття досвіду. Викладачі здобули досвід та навички, які допомагають їм краще впоратися зі стресом. Вони навчилися застосовувати підходи, які допомагають заспокоїтися та відновити емоційний баланс.

4. Мінливість ситуації. Стресова ситуація, навіть якщо вона триває протягом тривалого періоду, не завжди є строго сталою. Зміни в політичній, економічній або соціальній обстановці впливають на загальний рівень стресу, і в момент зменшення загрози відчуття стресу може взагалі зникнути.

5. Розвиток психологічної стійкості. Постійний досвід адаптації до стресових ситуацій сприяє формуванню психологічної стійкості. Викладачі стають менш вразливими до стресових подій, особливо якщо вони набули навичок подолання та розуміють, як ефективно реагувати на них.

Таким чином, стресостійкість викладачів зумовлена психологічними особливостями процесів адаптації та сприйняття часу.

*Процес адаптації.* Люди здатні адаптуватися до нових умов та ситуацій. Їхня психологічна стійкість зростає під впливом досвіду та практики. Довготривалий стрес формує механізми копіngu (подолання). Індивіди навчаються ефективним методам для впорядкування своїх емоцій та розслаблення, тобто набувають досвіду успішного подолання стресу. Все це і є основою формування психологічної стійкості особистості.



*Сприйняття часу.* З плином часу важливість деяких аспектів ситуації змінюється, що сприяє зникненню відчуття стресу. Люди зосереджують свою увагу на позитивних аспектах, які можуть допомогти зменшити стрес.

У проведеному соціологічному опитуванні діагностовано зростання показників стресостійкості у викладачів через півроку широкомасштабної війни за такими шкалами: «Хвилювання» (з 40,0 до 56,36%); «Побоювання» (з 19,09 до 28,18%). Виокремлено психологічні та соціальні причини зростання цих показників.

1. Психологічні фактори – травматичний досвід, неспокій за сім'ю, втома від надмірної роботи.

*Травматичний досвід:* війна призводить до зростання травматичного досвіду викладачів, які можуть бути свідками або безпосередньо відчували наслідки воєнних дій. Цей досвід викликає стрес, тривожність і негативні емоції.

*Неспокій за сім'ю:* педагоги занепокоєні за безпеку своєї родини, члени якої можуть бути в зоні воєнних дій або під впливом їх наслідків. Це підвищує рівень стресу і тривожності.

*Втома від надмірної роботи:* викладачі відчувають надмірне фізичне і психологічне навантаження через посилену роботу під час воєнного стану, що викликає втому і стрес.

2. Соціальні фактори – нестабільність суспільства, обмежений доступ до ресурсів, соціальний тиск і відповідальність.

*Нестабільність суспільства:* війна призводить до нестабільності у суспільстві, що впливає на всі сфери життя, включаючи освіту. Нестабільність призводить до відчуття небезпеки та неспокою серед викладачів.

*Обмежений доступ до ресурсів:* умови воєнного стану обмежують доступ до необхідних ресурсів для освіти, таких як підручники, інфраструктура, фінансування тощо, що збільшує навантаження на викладачів і викликає стрес.

*Соціальний тиск і відповідальність:* педагоги відчувають соціальний тиск і відповідальність перед студентами та суспільством у цілому. Вони ставлять

перед собою завдання підтримувати спокій та нормальний режим навчання навіть у важких умовах.

Зміна рівня стресостійкості в таких умовах є суперечливим. З одного боку, викладачі навчаються краще управляти стресом та тривожністю, а з іншого – надмірний стрес впливає на їхнє фізичне і психічне здоров'я. Важливо надавати підтримку науково-педагогічним працівникам у важкий період війни, включаючи психологічну підтримку та ресурси для зниження стресу.

Слід зазначити, що зростання зазначених показників супроводжується зниженням показників стійкого неврозу і зникненням показників стресу. Зростання показників стресостійкості разом із зниженням показників стійкого неврозу і зникненням показників стресу є результатом реакції людського організму на стресові ситуації та психологічні захисні механізми, а також впливу психосоціальних факторів. Цьому факту сприяє адаптація до стресу, захисні психологічні механізми, спільна (соціальна) підтримка, зміна умов.

Одним із можливих механізмів формування стресостійкості є адаптація організму до стресових умов. Після тривалого періоду експозиції стресовим факторам організм починає реагувати менш активно на ті самі фактори, оскільки він поступово адаптується до них. Це приводить до зниження загального рівня стресу та неврозів.

Психологічні захисні механізми, такі як уникнення, пригнічення або релігійна віра, допомагають особі зменшити внутрішній конфлікт і емоційні реакції на ситуації. Ці механізми можуть допомагати впоратися зі стресом та тривожністю.

Сучасні дослідники також констатують щодо психічного стану викладачів: «довготривалий стрес, у якому всі ми перебуваємо в період воєнного стану, дуже часто призводить до емоційного вигорання. Зростає байдужість, "професійний цинізм", негативізм до студентів та своєї роботи. Часом виникає огида до всього світу, невмотивовані образи на оточення, долю, державу. Життя здається порожнім і безглуздим, а робота – набридлою і ненависною рутинною. Багато

фахівців вважає емоційне вигорання механізмом психологічного захисту» [19, с. 91].

У стресових умовах люди часто шукають підтримку від інших, а спільна підтримка допомагає знизити рівень стресу. Спілкування з колегами, друзями або професійними консультантами сприяє відновленню психологічного благополуччя.

Якщо складна ситуація змінюється на краще (наприклад, закінчення активних бойових дій), це приводить до зниження загального рівня стресу. Зміна умов забезпечує викладачам відчуття спокою та безпеки.

Якщо викладачі оточені сприятливим психологічним кліматом, де надається психологічна підтримка та доступ до необхідних ресурсів для керування стресом, це поліпшує їхній психологічний стан.

Загалом, це складний та індивідуальний процес, і реакція на стрес варіюється залежно від багатьох факторів. У деяких випадках люди розвивають стресостійкість та знижують рівень стресу відповідно до зміни умов і психологічних факторів.

З урахуванням зазначеного і аналізу показників соціологічного опитування, можна виокремити такі тенденції у викладачів:

1. Зростання показників стресостійкості. Це свідчить про їхню здатність адаптуватися до стресових ситуацій, можливо, завдяки психологічній роботі з власним ресурсом та підтримці спільноти.

2. Зниження показників стійкого неврозу і стресу. Свідчить про те, що викладачі впоралися зі стресом і негативними емоціями, можливо, завдяки розвитку психологічної стійкості та зміні ситуації в умовах воєнного стану.

3. Сприятливий вплив соціальних факторів. Спільна підтримка колег, доступ до психологічної підтримки і позитивний психологічний клімат впливають на поліпшення психологічного стану викладачів під час війни.

4. Залежність від умов та тривалості війни. Зміна показників пов'язана з тривалістю та динамікою воєнних дій. Оскільки війна триває довше, показники знову зміняться в майбутньому.

5. Психологічна резильєнтність. За допомогою психологічних захисних механізмів та розвитку психологічної резильєнтності викладачі змогли зменшити стрес і тривожність під час стресових ситуацій.

Враховуючи ці тенденції, важливо підкреслити, що психологічний стан і відповідь на стрес можуть варіювати залежно від індивідуальних особливостей кожної людини, а також від конкретних обставин і ресурсів, доступних для підтримки. Далі слід вивчати, як надати підтримку викладачам у важкі періоди, зокрема в умовах війни, щоб підтримувати їхнє фізичне та психологічне благополуччя.

Цікавим є порівняння отриманих результатів, виокремлених тенденцій з результатами цих же викладачів в такій екстремальній ситуації як самоізоляція під час пандемії [28, с. 78-79]. Зіставлення результатів, отриманих в двох екстремальних ситуаціях (війна та пандемія), демонструє однакову тенденцію, а саме: серед всіх показників шкал психоемоційних станів лідерами є «Хвилювання» та «Побоювання». Причому з часом рівень цих показників зменшується, проте вони утримують свої «лідерські» позиції порівняно з іншими шкалами.

Отже, має місце подібність тенденцій серед викладачів університету в усіх екстремальних ситуаціях. Такий феномен є очікуваним, адже в обох ситуаціях (війна та пандемія) існують загальні стресові фактори: загроза здоров'ю, невизначеність майбутнього, соціальна турбулентність тощо. І це призводить до схожих психоемоційних реакцій у науково-педагогічних працівників.

Також слід підкреслити, що в екстремальних ситуаціях люди зазвичай шукають шляхи адаптації та виживання. Хвилювання та побоювання є очікуваними реакціями на загрози, але з часом організм може пристосовуватися до нових умов, що веде до зниження рівня цих емоцій. В екстремальних ситуаціях люди стикаються зі схожими вимогами, такими як необхідність впоратися зі стресом, прийняття рішень в умовах невизначеності, забезпечення безпеки тощо. Ці загальні вимоги також сприяють виникненню подібних психоемоційних реакцій.

Обидві ситуації мають схожий вплив на роботу педагогів університету, наприклад, на зміни в організації навчального процесу, вимоги до онлайн-навчання, переривання звичайної робочої рутини тощо, і це також зумовлює подібність реакцій.

Узагальнюючи, слід наголосити, що психоемоційні реакції різняться в різних людей, а результати соціологічного опитування обмежені контекстом та особливостями конкретної групи викладачів. Отримані результати є також корисними при дослідженні людини в екстремальних ситуаціях.

### **3.4. Особливості викладання в умовах воєнної агресії**

Широкомасштабна війна, розв'язана росією, змінила всі сфери країни. «У такі часи кожен громадянин, як ніколи, повинен намагатися максимально реалізувати свої здібності, навички та знання на користь держави» [7, с. 20]. Зміни сталися і у вищій освіті. Реформ зазнав і зміст освіти, і сам процес навчання. «Ідея оптимізації вищої професійної освіти шляхом запровадження дистанційного навчання студентів давно обговорюється у наукових колах. Проте запровадження дистанційної форми навчання відбувалося досить повільним темпом через матеріально-технічне забезпечення, рівень обізнаності у користуванні комп'ютерною технікою та ін. Екстремальна ситуація, яка склалася сьогодні в державі та світі, детермінувала умови, коли заклади вищої освіти змушені швидко та оперативно перейти на дистанційну форму освіти» [26, с. 127].

Тобто умови війни детермінували такі зміни у системі вищої освіти:

1. Поширення онлайн-навчання: умови війни спричинили зростання попиту на онлайн-освіту. Навчальні заклади перейшли на віддалене навчання, щоб забезпечити безпеку своїм студентам і викладачам.

2. Зміни в освітніх програмах: навчальні програми змінили задля врахування сучасних потреб, особливо в галузях, пов'язаних із безпекою, медициною тощо.

3. Посилено акцент на самостійне навчання студентів: у віддаленому режимі здобувачам доводиться працювати переважно самостійно. Вони стали більш відповідальними за власний успіх у навчанні, оскільки відсутність викладача збільшує самостійність у навчанні.

4. Зміни в оцінюванні навчальних досягнень: враховуючи особливості дистанційного навчання, методи оцінювання також змінилися. Наприклад, шляхом збільшення важливості проєктів, самостійних робіт або онлайн-тестів.

5. Зміни в студентському житті: війна вплинула і на життя здобувачів освіти, і на їхній психологічний стан. У цих умовах виникла потреба у психологічній підтримці і збереженні ментального здоров'я для студентів.

6. Більш важливою стає гнучкість та адаптація: умови воєнного стану змусили всіх учасників освітнього процесу стати більш гнучкими та адаптованими до незвичайних обставин.

Усі ці зміни привели до трансформації вищої освіти та процесу навчання, змінивши спосіб, яким студенти навчаються та отримують знання, і вимагають від усіх учасників освітнього процесу адаптуватися до нових реалій. Реакція на ці зміни варіюється від університету до університету, але загальний тренд полягає в посиленні акценту на онлайн-навчанні, самостійності та адаптації. Також слід підкреслити, що перед викладачами вищих закладів освіти стояло складне завдання. «Якщо для шкільної освіти ще є якісь конкретні вказівки, відео зі Всеукраїнського розкладу МОН, то викладачам фахових дисциплін доводиться працювати самотужки» [21, с. 48].

«З 24 лютого українська наука, як і в цілому наша держава, постала перед надскладними завданнями: як зберегти спокій і мотивацію до роботи й науки, у який спосіб набути нових знань, умінь і навичок, як вплинути на своїх студентів тощо. І науковці, попри всю складність подій, продовжують свою навчальну, наукову, методичну, організаційну й інші види діяльності» [5, с. 15]. «Перші два тижні ми не відходили від екранів телевізорів, не випускали з рук телефонів, але поступово до нас приходило розуміння, що попри все необхідно працювати і налагоджувати навчальний процес» [12, с. 39].

Незважаючи на суттєві труднощі та ускладнення самого процесу навчання, здобуття вищої освіти є актуальним та користується попитом серед молоді. Цьому є кілька причин:

- потреба у спеціалістах: війна спричинила збільшення потреби у фахівцях різних галузей, зокрема у сфері медицини, безпеки, інженерії, інформаційних технологій тощо. Це детермінує підвищення попиту на вищу освіту в цих галузях;

- адаптація до нових реалій: умови воєнного стану змінюють потреби ринку праці та економіки. Вища освіта активно реагує на це, надаючи студентам можливість навчатися та розвиватися в нових галузях або здобувати нові навички, відповідно до мінливого середовища;

- зростання важливості навчання онлайн: коли фізичний доступ до навчальних закладів є обмеженим, онлайн-освіта стає надзвичайно важливою. Університети та інші ЗВО реалізують свої онлайн-програми, щоб надавати здобувачам можливість навчатися з власного дому;

- підвищений інтерес до навчання: соціальні та економічні турбуленції змусили багатьох людей переосмислити свої професійні плани. Очевидно, що зростання інтересу до навчання та здобуття вищої освіти має на меті поліпшення власних кар'єрних перспектив молоді;

- розвиток нових технологій навчання: в умовах воєнного стану необхідною та важливою є реалізація інвестицій у розвиток технологій навчання, що полегшує доступ до вищої освіти та покращує якість навчального процесу.

Отже, вища освіта активізувалася під час війни як результат потреб суспільства і економіки: підготовка кадрів, забезпечення сталого розвитку і адаптація до нових реалій.

Ми провели соціологічне опитування викладачів щодо оцінювання навчання в умовах воєнного стану. Отримано такі результати: 40,91% респондентів вважають, що умови навчання в цілому не змінилися; 43,64% – навчання дещо погіршилося; 12,73% – умови навчання істотно погіршилися (рис. 3.10).



**Рис. 3.10. Оцінка викладачами впливу воєнного стану на навчальний процес, %**

Нагадаємо основні результати опитування викладачів в умовах самоізоляції пандемії: «якість освіти погіршилася, умовно кажучи, за основною спеціалізацією – на 50%, за неосновними предметами – на 30%, з набуття практичних навичок за фахом – на 60%» [28, с. 91].

Отримано достатньо цікаві та неочікувані результати, а саме: 40,91% вважають, що умови навчання в цілому не змінилися. Це достатньо вагомий показник. Вважаємо, що це може бути зумовлено досвідом роботи викладачів в умовах пандемії COVID-19 (попередні роки) і тому вони констатують, що умови навчання в цілому не змінилися. Однак важливо врахувати, що пандемія та воєнний стан – це два різні типи кризових ситуацій, які можуть мати різні видимі наслідки для системи освіти.

Можливі пояснення того, чому 40,91% викладачів вважають, що умови навчання в цілому не змінилися в умовах воєнного стану, можуть включати:

- сприйняття стабільності: педагоги, які мали досвід роботи в умовах пандемії, вважають, що воєнний стан не впливає на їхні освітні заклади настільки суттєво, як це було під час пандемії. Вони, порівнюючи дві екстремальні ситуації, формують висновок, що війна не призводить до докорінних змін у навчальному процесі;



- реакція закладів вищої освіти: деякі освітні установи добре підготовлені до роботи у кризовій ситуації воєнного стану. Це включає заходи безпеки та розробку планів дій для всіх учасників освітнього процесу;

- порівняння з попередніми змінами: оскільки викладачі вже пережили інші великі зміни в системі освіти (наприклад, реформи або обставини, пов'язані з пандемією), то вони легше сприймають зміни в умовах воєнного стану та не вважають їх кардинальними.

Отриманий результат свідчить і про те, що для частини викладачів умови навчання залишилися в цілому стабільними або не зазнали суттєвих змін у зв'язку з війною. Також це може бути і результатом децентралізованого керівництва закладами освіти або мінімізації впливу умов воєнного стану на освіту в такому регіоні як Закарпаття.

Очікуваним є наступний результат: 43,63% викладачів вважають, що навчання дещо погіршилося. Ця частина відповідей вказує, що для значної кількості науково-педагогічних працівників навчальні умови стали менш сприятливими через вплив війни на зменшення фінансування освіти, перерви в навчальному процесі унаслідок воєнних подій, зміни в підходах до навчання тощо.

Неочікуваним є результат, що лише 12,73% викладачів вважають, що умови навчання істотно погіршилися. Цей показник є не дуже значним, тому є достатньо цікавим для аналізу. Він детермінований низкою психологічних та соціальних причин. Ймовірно, це пов'язано з руйнуванням освітніх інфраструктурних об'єктів, високим ступенем загрози безпеці, відсутністю доступу до ресурсів та технологій, нестабільністю в навчальному процесі тощо. Також слід врахувати, що іноді люди, включаючи викладачів, виявляють певний рівень опору змінам і тенденцію бачити негативні аспекти навіть там, де їх немає. Причиною цього є схильність педагогів відчувати сильну прив'язаність до свого робочого місця або до певного способу навчання.

Отже, сприйняття погіршення умов навчання є суб'єктивним і залежить від індивідуальних переживань і очікувань викладачів. Тобто для деяких педагогів

істотне погіршення означає суттєвий розрив з попередніми умовами, а для інших – невелику деградацію, яку вони сприймають як тимчасову.

Окремо слід розглянути відповіді тих викладачів, які зазначили, що умови навчання здобувачів дещо покращилися (1,82%). Це може бути наслідком того, що деякі ЗВО виявилися більш підготовленими до роботи в умовах кризових ситуацій. Наприклад, заклади вищої освіти мають позитивний досвід роботи в умовах пандемії. Також є частина учасників освітнього процесу, які швидко адаптувалися до змін, що впливають на умови навчання, включаючи воєнний стан. З часом вони розвинули стратегії пристосування до нестабільних умов і продовжили навчання, навіть якщо це і вимагало додаткових зусиль. Науковці констатують, що «поступово від швидкого реагування освітяни переходять до осмислення нових реалій професійної діяльності в кібер-просторі» [9, с. 96].

У процесі адаптації важливим є чітке планування та самоорганізація. Також у сучасних наукових дослідженнях вказується на «виклики, пов'язані з відсутністю фізичного контакту і соціальної взаємодії, які можуть впливати на мотивацію студентів та якість навчання. Тому викладачам рекомендується використовувати різноманітні методи комунікації та взаємодії, щоб забезпечити якісне навчання» [29, с. 52].

Зауважимо: врахування зазначеного, зумовлює те, що лише частина викладачів вбачає істотне погіршення умов навчання під час війни. В інших респондентів, зазначені обставини зумовлюють сприйняття освітнього процесу в умовах воєнного стану не таким загрозливим та складним. Загалом, важко об'єктивно оцінити, яким чином війна впливає на умови навчання, бо це є дуже індивідуальним. Такі різні оцінки свідчать про складність визначення впливу війни на освітню систему та індивідуальний досвід викладачів. Обґрунтування отриманих результатів залежить від контексту, в якому проводилось опитування. Результати вказують на різноманітність впливу воєнного стану на навчальний процес та свідчать про те, що для деяких науково-педагогічних працівників умови навчання залишилися стабільними, тоді як для інших вони суттєво погіршилися або погіршилися дещо.

В умовах воєнного стану викладання у закладах вищої освіти зазнало різних змін. Більшість змін пов'язана із безпекою освітнього середовища: деякі заняття були скорочені, модифіковано розклад пар; навчання перейшло в онлайн-формат. Відбулися і змістові зміни в освітніх програмах: введені нові курси, щоб краще відповідати потребам суспільства або адаптувати освітні програми до поточних обставин; збільшено частку психологічних дисциплін з кризової підготовки. Проте всі ці зміни так чи інакше пов'язані із комп'ютерними технологіями, із вмінням викладача застосовувати їх у викладанні.

«Підхід до викладання окремих дисциплін теж суттєво змінився. Кожен викладач повинен був провести "ревізію" робочих програм, визначивши теми, що легше засвоюються та не потребують додаткових зусиль для вивчення. Водночас потрібно було виділити теми, без яких неможливе розуміння змісту дисципліни, що викладається, та які передують розумінню наступних дисциплін, і відповідно перерозподілити години» [16, с. 63].

«Застосування сучасних технологій та програмного забезпечення під час викладання у вищій школі в умовах воєнного стану в Україні дало змогу попри складні умови продовжити навчання і здобути студентам фахові знання за обраними спеціальностями» [23, с. 71].

На запитання «Як Ви організовуєте заняття зі здобувачами в умовах воєнного стану?» педагоги зазначили, що заняття, здебільшого проводять, користуючись Інтернет-зв'язком, а саме: 28,33% – читають лекції; 26,91% – проводять семінари; 24,93% – консультують студентів; 19,83% – задають завдання для самостійної роботи (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

**Форма організації занять зі здобувачами вищої освіти в умовах війни**

Форма організації занять	%
За допомогою Інтернет-зв'язку, читаю лекції	28,33
За допомогою Інтернет-зв'язку, проводжу семінари	26,91
За допомогою Інтернет-зв'язку, проводжу консультації	24,93
За допомогою Інтернет-зв'язку, задаю завдання для самостійної роботи	19,83
Заняття не проводжу, буду надолжувати згаяне після завершення воєнного стану	0,00

Факт, що більшість викладачів здійснюють освітні послуги засобами Інтернету, є об'єктивним виявом того, як війна вплинула на систему освіти. Проте це має різні обґрунтування і пояснення.

*Адаптація до обставин:* війна призводить до обмеження можливостей для традиційної форми навчання через закриття шкіл та університетів або обмеження доступу до реальних навчальних приміщень. За таких обставин педагоги змушені переходити до дистанційного навчання через Інтернет, як це вже стало нормою під час пандемії.

*Забезпечення безпеки:* воєнний стан включає в себе загрози для безпеки в навчальних закладах. У таких випадках перехід до дистанційного навчання є обґрунтованим заходом для збереження безпеки всіх учасників освітнього процесу.

*Можливості доступу до інформації:* викладачі використовують Інтернет для доступу до ресурсів, матеріалів та інструментів навчання, що є важливим у ситуаціях, коли інші джерела стають менш доступними. Взагалі технічні ресурси є осердям дистанційного навчання. «Диференціація поняття "дистанційна освіта" змінювалася з роками, оскільки його зміст пов'язаний із використанням технічних засобів і можливостей, які удосконалюються з часом» [13, с. 2].

Дистанційне навчання надає учасникам освітнього процесу більшу гнучкість щодо часу та місця проведення занять. Таким чином, використання Інтернету для освіти в умовах воєнного стану є об'єктивним виявом адаптації до складних обставин та пошуку рішень задля продовження навчання при обмежених можливостях.

Заняття в онлайн вимагають і певних побутових умов. Важливо, щоб викладачі мали можливість якісно готуватися і чітко проводити заняття. Саме цей фактор забезпечить гарну освіту студентам. Тож соціологічне опитування включало і блок запитань щодо можливостей викладачів готуватися та проводити заняття онлайн (табл. 3.4). 92,73% педагогів зазначили, що мають окрему кімнату, в якій можуть усамітнитися для проведення дистанційного заняття. Такий високий відсоток викладачів, які мають всі умови для проведення

дистанційного заняття в умовах війни, є наслідком роботи викладачів в умовах пандемії. Під час пандемії багато навчальних закладів були змушені переходити на дистанційне навчання, і це дало науково-педагогічним працівникам можливість набути досвіду та підготувати необхідну інфраструктуру для викладання в цьому форматі.

Таблиця 3.4

### Оцінка викладачами умов для проведення дистанційних занять

Умови для проведення дистанційних занять	%
Маю окрему кімнату, в якій можна усамітнитись, для проведення дистанційного заняття	92,73
Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод проводити дистанційні заняття	4,55
Постійного місця немає, щоразу для проведення дистанційного заняття необхідно пристосовуватись	2,72
Умови для проведення дистанційного заняття погані, зовсім немає зручного місця для роботи	0,00

Проте важливо також врахувати, що умови для дистанційного навчання варіюються залежно від регіону, типу навчального закладу та доступності технічних ресурсів. Дане опитування проведено в Закарпатті, яке на сьогодні є найбільш безпечним регіоном. Отже, хоча багато викладачів є готовими до дистанційного навчання, проте існують фактори, які впливають на успішність цього процесу, зокрема доступ до Інтернету, наявність необхідного обладнання, підтримка від адміністрації навчального закладу та інші фактори, які виникають в умовах війни.

Підсумовуючи, зазначимо, що хоча досвід роботи педагогів під час пандемії є корисним, важливо враховувати всі аспекти, які формують та розвивають їх здатність проводити дистанційне навчання під час війни.

В умовах воєнного стану виникає багато побутових проблем, які стосуються електроенергії та Інтернету. Україна пережила важкий період відключень електроенергії, проте громадяни з розумінням поставилися до цієї ситуації. Викладачі також мали труднощі з Інтернетом та проведенням дистанційних занять. Проте, відповідаючи на запитання «Чи виникають сторонні

перешкоди під час проведення Вами дистанційних занять зі здобувачами?», 58,18% викладачів зазначили, що ніщо і ніхто їм не заважає, а 40% підкреслили, що іноді виникають сторонні перешкоди, але вони не дуже заважають респондентам у викладанні (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

**Оцінка впливу сторонніх перешкод на проведення дистанційних занять зі здобувачами, %**

<b>Оцінка впливу сторонніх перешкод під час проведення дистанційних занять</b>	<b>%</b>
Ні, ніхто не турбує	58,18
Іноді виникають, але не дуже заважають	40,00
Часто виникають, але не дуже заважають	0,91
Іноді виникають, і дуже заважають	0,91
Часто виникають, і дуже заважають	0,00
Постійно і дуже заважають	0,00

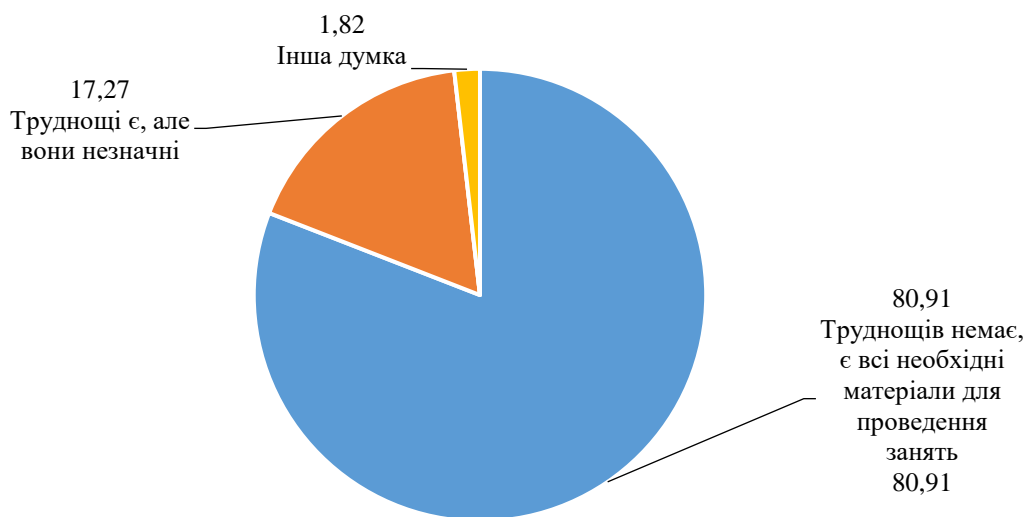
Узагальнюючи, відмітимо, що отримано цікавий результат: понад 98% викладачів зазначають, що в умовах воєнного стану вони майже не відчували сторонніх перешкод у проведенні дистанційних занять. Для того щоб уточнити тип перешкод, ми задали викладачам запитання: «Чи виникають проблеми у процесі користування технічними пристроями під час проведення Вами занять зі здобувачами?». Отримано такі відповіді: 70% респондентів – техніка працює добре (22,73% вважають, що мають проблеми з технікою, бо вона не нова). Проте 30% викладачів зазначили, що є перебої з доступом до мережі Інтернет. Необхідно наголосити, що на уточнювальне запитання викладачі відповідали стримано. Тобто більшість педагогів вважають, що ці труднощі у проведенні дистанційних занять не є важливими.

Такі відповіді науково-педагогічних працівників детерміновані їх громадянською позицією, їх впевненістю в мужності та рішучості українського народу. Українці, незважаючи на складні обставини, демонструють силу, солідарність та відданість справі, яку виконують.

Цей результат соціологічного опитування зумовлений і технічною підготовкою викладачів, а саме – більшість була технічно готова до проведення

дистанційних занять навіть в умовах відключень електрики та перебоїв з Інтернетом. Вони могли мати генератори, додаткові джерела живлення або стабільний Інтернет на робочих місцях. Також педагоги використовували альтернативні методи спілкування, такі як телефонні дзвінки або відеоконференції на мобільних платформах, коли Інтернет був недоступним. Ці фактори можуть взаємодіяти один з одним, і кожен випадок має свої власні умови та обставини.

Викладачі зазначають, що не мають труднощів із навчальними матеріалами, необхідними для підготовки та проведення занять (рис. 3.11). Це пов'язано з досвідом роботи педагогів під час пандемії. Період самоізоляції, дійсно, примусив багато освітніх установ та науково-педагогічних працівників швидко адаптуватися до нових реалій, включаючи перехід до дистанційного навчання. Протягом цього періоду багато викладачів навчилися використовувати цифрові інструменти та ресурси для створення та поширення навчальних матеріалів. Вони можуть бути більш зручні з використанням онлайн-платформ, навчальних програм, відеоуроків та інших інтерактивних ресурсів.

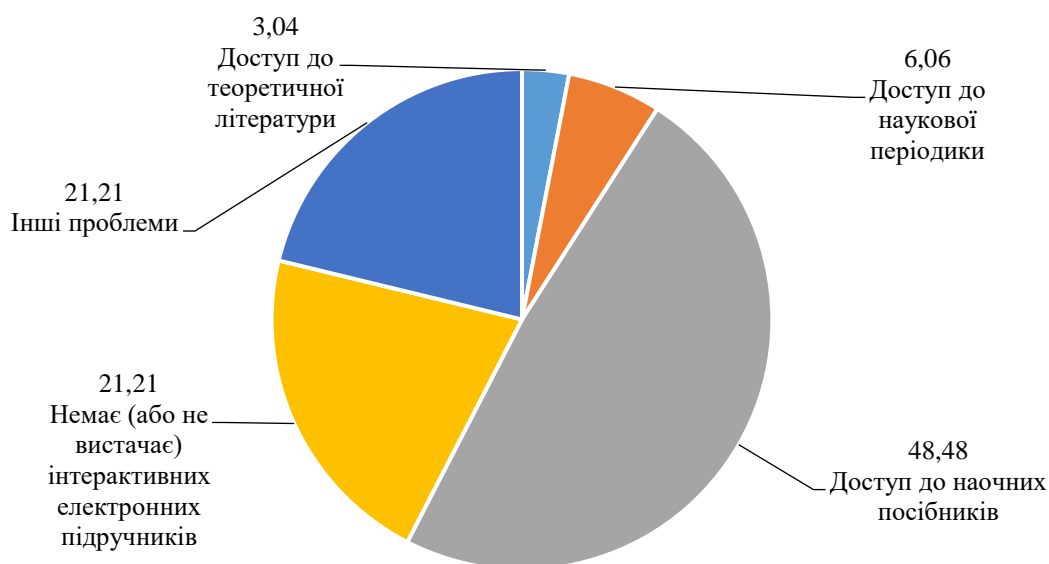


**Рис. 3.11. Оцінка труднощів доступу до навчальних матеріалів у період воєнного стану, %**

Такий досвід зміг допомогти педагогам легше пристосуватися до подібних ситуацій в умовах війни і робити навчальні матеріали більш доступними та ефективними для здобувачів вищої освіти. Таким чином, результати опитування

слід інтерпретувати як свідчення того, що викладачі здатні ефективно працювати з цифровими ресурсами завдяки досвіду, набутому під час пандемії.

На вимогу опитувальника викладачі визначили труднощі, з якими вони стикнулися при підготовці та проведенні дистанційних занять в умовах воєнного стану (рис. 3.12). Педагоги вказали на проблему у доступі до наочних посібників (48,48%) та нестачу інтерактивних електронних підручників (21,21%).



**Рис. 3.12. Труднощі педагогів у процесі підготовки та проведенні дистанційних занять зі здобувачами, %**

Отримані результати соціологічного опитування пояснюються кількома факторами. Тобто умови воєнного стану:

- призводять до складнощів у забезпеченні доступу до паперових наочних посібників, таких як підручники, роздруковані матеріали або інші навчальні ресурси. Знижена доступність таких матеріалів є серйозною перешкодою для викладачів, особливо якщо вони звикли користуватися ними в своїй педагогічній практиці;

- впливають на доступність інтерактивних електронних підручників або інших сучасних навчальних технологій. Наприклад, відсутність електроенергії, доступу до Інтернету або обмеження на технічний розвиток ускладнюють використання цих ресурсів для викладачів;



•детермінують економічні проблеми і фінансові труднощі в країні. Це зменшує інвестування у сферу освіти, включаючи розроблення та розповсюдження інтерактивних електронних підручників;

•погіршують стан технічної інфраструктури, такої як інтернет-з'єднання та електропостачання. Нестабільна інфраструктура призводить до перебоїв у роботі дистанційних навчальних платформ та інших технічних засобів, що використовуються викладачами.

Отже, викладачі констатують, що зазнали труднощів через умови воєнного стану, доступ до навчальних ресурсів та технологій був ускладнений.

Таким чином, для проведення дистанційних занять важливо, щоб викладачі були технічно оснащені. На жаль, тільки 27,27% педагогів підтвердили, що мають персональний комп'ютер; 38,89% мають особистий ноутбук (табл. 3.6). Тобто лише 66,16% опитаних добре технічно оснащені; 31,8% мають телефон або планшет.

Таблиця 3.6

### Технічна оснащеність викладачів для проведення дистанційних занять зі здобувачами

Оцінка технічної оснащеності викладачів для проведення дистанційних занять	%
Маю стаціонарний персональний комп'ютер	27,27
Маю особистий ноутбук	38,89
Маю особистий мобільний телефон чи планшет	31,82
Особистої техніки не маю, але вона є в сім'ї, і можу користуватись	1,52
Особистої техніки не маю, але взяв(ла) на тимчасове користування у знайомих, родичів, друзів, інших людей	0,00
Особистої техніки не маю, але взяв(ла) напрокат	0,00
Інша ситуація	0,50

Отримані результати соціологічного опитування вказують на чіткі недоліки технічного оснащення викладачів для проведення дистанційних занять: пошаровість технічного оснащення; технічна підготовка; відсутність мобільного доступу; загальний рівень технічної підготовки; суб'єктивна оцінка.

*Пошаровість технічного оснащення:* тільки 27,27% педагогів мають персональний комп'ютер, а 38,89% – ноутбук. Це свідчить про те, що більшість

викладачів має лише один пристрій для роботи, і це може бути обмеженням, особливо якщо їм потрібно використовувати одночасно кілька програм або платформ для проведення занять.

*Технічна підготовка:* не всі педагоги, які мають технічні пристрої, достатньо підготовлені для ефективного використання їх у навчанні. Деякі мають обмежені технічні навички, що ускладнює проведення дистанційних занять.

*Відсутність мобільного доступу:* 31,8% викладачів мають телефон або планшет, що є корисним для спрощення комунікації та доступу до ресурсів. Проте це не так ефективно для проведення дистанційних занять, як наявність більш потужних пристроїв.

*Загальний рівень технічної підготовки:* лише 66,16% опитаних є добре технічно оснащеними, що є серйозним викликом для здійснення якісних дистанційних занять, особливо якщо існують вимоги до використання спеціалізованих програм або сервісів.

*Суб'єктивна оцінка:* слід зазначити, що попередньо педагоги зазначали, що проблем з проведенням дистанційних занять немає. Це вказує на те, що педагоги не повністю свідомі про обмеження свого технічного оснащення.

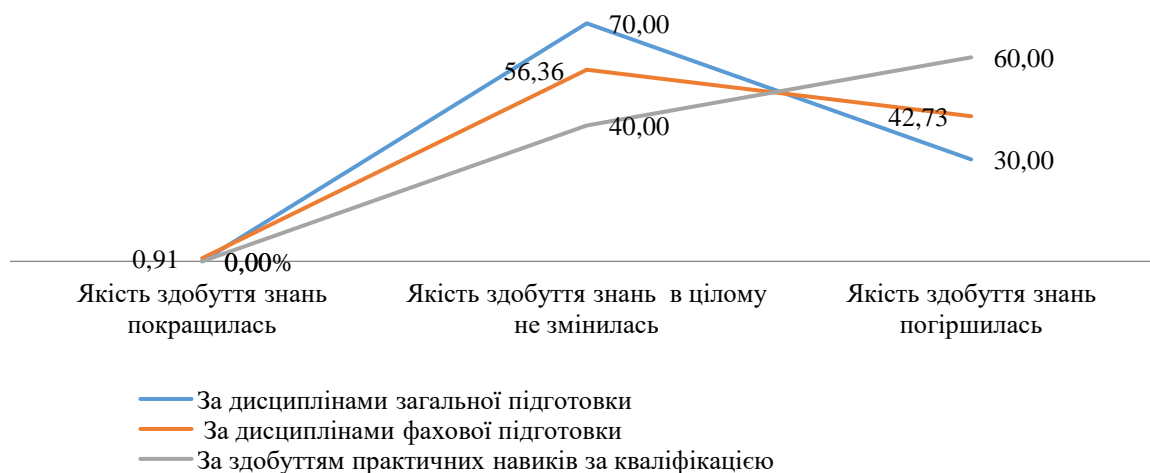
Отже, результати опитування вказують на потребу в покращенні технічного оснащення викладачів та в наданні їм додаткової підготовки щодо використання цифрових технологій навчання. Це забезпечить більш якісну та ефективну дистанційну освіту.

Проведення дистанційних занять вимагає від викладачів оволодіння сучасними гаджетами та доброго володіння комп'ютерною технікою. Звісно, педагоги набули певного досвіду користування комп'ютером, сучасними комп'ютерними програмами під час пандемії. Тому викладачі зазначили, що загалом добре володіють комп'ютером (85,45% респондентів) або володіють комп'ютером на середньому рівні (14,55%).

### 3.5. Дистанційне навчання та якість освіти в умовах воєнного стану

Оцінюючи особливості навчання в умовах воєнного стану, підсумовуючим стало запитання «На Вашу думку, в цілому як вплинуло введення дистанційного навчання на якість освіти, здобуття знань здобувачами порівняно з очним навчанням в університеті?». Відповіді викладачів були розподілені на три категорії: теоретична підготовка за загальними дисциплінами, теоретична підготовка за дисциплінами фахової підготовки, здобуття практичних навиків за майбутньою кваліфікацією.

Отримано такі результати. За дисциплінами загальної підготовки 70% викладачів вважають, що якість здобуття знань здобувачами не змінилася, лише 30% вважають, що навчання погіршилося. За дисциплінами фахової підготовки 56,36% педагогів констатують, що якість здобуття знань не змінилася, 42,7% підкреслюють, що навчання погіршилося. За здобуттям практичних навиків лише 40% респондентів зазначають, що якість здобуття знань студентами не змінилася, 60% вважають, що навчання погіршилося (рис. 3.13).



**Рис. 3.13. Оцінка викладачами впливу введення дистанційного навчання на якість освіти порівняно з очним навчанням в університеті, %**

Отримані результати констатують, що вплив дистанційного навчання на якість освіти та здобуття знань залежить від багатьох чинників, включаючи тип навчальних дисциплін та практичних компонентів навчання.

Загальні дисципліни є більш лекційними та теоретичними за своєю суттю, і їх легше адаптувати до дистанційного формату. Викладачі більш впевнені, що студенти можуть успішно засвоїти такі знання навіть на відстані.

Дисципліни фахової підготовки є більш практичними (практична робота, лабораторні заняття, майстер-класи тощо) і вимагають безпосередньої присутності студентів. У дистанційному форматі забезпечити адекватну практичну підготовку складно, що погіршує здобуття знань.

Здобуття практичних навиків є надзвичайно важливим у фаховій підготовці. Дистанційне навчання утруднює можливість студентів отримати необхідний практичний досвід та навички, особливо в тих випадках, коли це вимагає особистої присутності на практиках або на майстер-класах.

Загалом, отримані результати свідчать, що вплив дистанційного навчання на якість освіти залежить від конкретних особливостей дисциплін та практичних елементів навчання. Для більшої успішності в дистанційному навчанні важливими є заходи з поліпшення технічної інфраструктури, розвитку ефективних дистанційних методик та забезпечення можливостей для студентів отримувати необхідний практичний досвід.

За результатами опитування викладачів стосовно впливу дистанційного навчання на якість освіти та здобуття знань здобувачами можна зробити висновки:

1. Викладачі вважають, що вплив дистанційного навчання варіюється залежно від типу навчальних дисциплін.

2. Для дисциплін загальної підготовки якість здобуття знань не змінилася, що зумовлено тим, що ці дисципліни є теоретичними за своєю суттю та легше адаптуються до дистанційного формату.

3. Для дисциплін фахової підготовки важливою є безпосередня присутність здобувача, бо ці предмети мають практичні аспекти, які важко передати в дистанційному форматі.

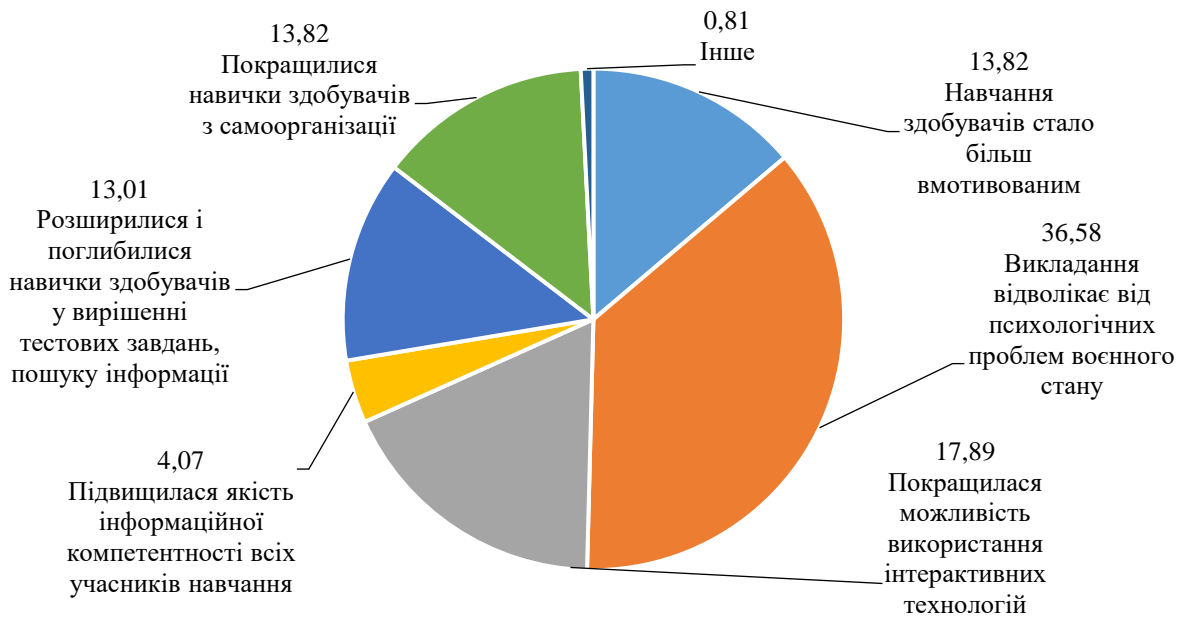
4. Здобуття практичних навиків, які важливі для майбутньої професійної кар'єри, погіршилося. Це пов'язано з труднощами забезпечення практичного досвіду та навичок у дистанційному форматі.

Загальний висновок полягає в тому, що якість дистанційного навчання може варіюватися залежно від конкретних особливостей навчальних програм та методів навчання. Для забезпечення успішного дистанційного навчання важливо розглядати кожен курс окремо і розробляти адаптовані до нього підходи та ресурси. Додаткова увага до практичних аспектів та можливості надавати студентам практичний досвід у віртуальному або обмеженому форматі може допомогти поліпшити результати дистанційного навчання в майбутньому.

Отримані результати потребують уточнення. Таке уточнення допомагають здійснити відповіді на запитання «Якщо Ви вважаєте, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану покращилася, то в чому саме це позначилося?». Отримано наступні результати (рис. 3.14): 36,58% викладачів вважають, що навчання відволікає від психологічних проблем воєнного стану; 17,89% стверджують, що поліпшилася можливість використання інтерактивних технологій. Інші відповіді розділилися майже у рівних відсотках (13%): навчання здобувачів стало більш вмотивованим; розширилися і поглибилися навички здобувачів у вирішенні тестових завдань, пошуку інформації; покращилися навички здобувачів з самоорганізації.

Отримані результати свідчать про деякі позитивні та негативні аспекти цієї форми освіти.

*Відволікання від психологічних проблем воєнного стану (36,58%).* Дистанційне навчання є способом відволіктися від психологічного стресу і проблем, пов'язаних із війною. Дистанційне навчання надає всім учасникам освітнього процесу можливість фокусуватися на навчанні і розвитку, що є корисним в ситуаціях, коли доступ до загальної освіти обмежений.



**Рис. 3.14. Оцінка причин поліпшення дистанційної освіти в умовах воєнного стану, %**

*Покращення можливостей використання інтерактивних технологій (17,89%).* Тобто дистанційне навчання спонукає більше використовувати інтерактивні інструменти та технології для залучення студентів. Це покращує взаємодію між викладачами та студентами і створює більше можливостей для активного навчання.

*Збільшення мотивації студентів (13,82%).* Це доводить, що дистанційне навчання стимулює здобувачів до більшої активності у навчанні і самостійної роботи. Це пов'язано з тим, що студенти відчувають більше відповідальності за результат навчання в умовах віддаленої освіти.

*Розширення та поглиблення навичок студентів (13,01%).* Дистанційне навчання сприяє розвитку навичок самостійної роботи, вирішення завдань та пошуку інформації. Студенти навчилися більш самоорганізовано працювати та розвивати навички, які будуть корисними в майбутньому.

Отже, дистанційне навчання в умовах воєнного стану позитивно впливає на окремі аспекти освіти, але також вимагає уважної організації та підтримки. Важливо розробляти ефективні онлайн-курси та інтерактивні методи навчання, а також надавати підтримку всім учасникам освітнього процесу для подолання можливих труднощів, пов'язаних з віддаленим навчанням.

При відповіді на запитання «Якщо Ви вважаєте, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану погіршилася, то в чому саме це позначається?» викладачі дали відповіді, представлені на рис. 3.15. Найбільш значимі такі: навчанню заважає постійна психологічна ситуація стресу (16,37%); складно перевірити ступінь самостійності здобувачів у вирішенні навчальних завдань (16,37%); є труднощі формування практичних навиків здобувачів (15,93%); дистанційно складно пояснювати здобувачам деякі практичні та ситуативні завдання (13,72%).



**Рис. 3.15. Оцінка причин погіршення дистанційної освіти в умовах воєнного стану, %**

Отримані результати вказують на важливі проблеми та виклики, з якими стикаються викладачі під час дистанційного навчання в умовах воєнного стану.

- Постійна психологічна ситуація стресу (16,37%). Ця ситуація впливає на концентрацію, зосередженість і загальний стан емоційної та психологічної стабільності викладачів та студентів, що заважає ефективному навчанню.

- Складно перевірити ступінь самостійності здобувачів у вирішенні навчальних завдань (16,37%). Педагоги через дистанційне навчання мають обмежену можливість спостерігати, як студенти працюють над матеріалом та чи ефективно вони вирішують завдання без прямого нагляду.

- Труднощі формування практичних навичок здобувачів (15,93%). Процес формування практичних навичок, який вимагає фізичної присутності або роботи з матеріальними об'єктами (наприклад, в лабораторіях), є важким через дистанційне навчання. Викладачі стикаються з труднощами у наданні студентам можливостей для практичної роботи та ефективного розвитку таких навичок.

- Складно пояснювати здобувачам практичні та ситуативні завдання (13,72%). Деякі види навчальних завдань складно пояснити та виконати у віддаленому режимі, особливо якщо вони вимагають детального демонстрування або взаємодії на місці. Науковці зазначають, що у такій ситуації доцільно використовувати змішану форму навчання, «що стимулює студентів до саморозвитку та самоосвіти, сприяє розвитку та вдосконаленню умінь і навичок дистанційного навчання й підвищенню успішності з дисципліни» [8, с. 59].

Узагальнюючи, слід зазначити, що воєнний стан погіршує ситуацію з дистанційним навчанням через психологічний стрес та обмежені можливості для практичного навчання та взаємодії. Для поліпшення ситуації важливо розглядати можливість психологічної підтримки всіх учасників освітнього процесу, а також розроблення ефективних методів навчання, які б краще враховували віддалені умови та потреби студентів.

### **3.6. Оцінювання викладачами взаємовідносин зі студентами в умовах війни**

У період війни та у складних соціально-політичних умовах взаємовідносини між викладачами та студентами набувають особливої ваги. Як зазначають сучасні українські дослідники: «стрижнем сучасної вищої освіти є студентоцентроване навчання, але поряд з цим виникають супутні проблеми його реалізації, які спричинені воєнним станом в Україні внаслідок військової агресії російської федерації. Важливого значення набуває формування комфортних умов для учасників освітнього процесу в режимі асинхронного та синхронного (онлайн) дистанційного навчання» [20, с. 65]. Отже, у складних зазначених умовах взаємостосунки між викладачами та студентами забарвлені



різними психологічними особливостями, які постійно взаємодіють між собою. Деякі з них включають такі аспекти: тривога та стрес, вигорання, потреба у підтримці, емпатія та співчуття, адаптація до змін.

*Тривога та стрес.* Загальна атмосфера нестабільності та загрози війни призводить до посилення тривожності як у викладачів, так і у студентів. Вони хвилюються за особисту безпеку, долю рідних, втрату інфраструктури та можливостей. Це впливає на їхню здатність концентруватися на навчанні, а також на сприйнятті інформації та здатності реалізовувати раціональні рішення.

*Вигорання.* Учасники освітнього процесу стикнулися зі станом вигорання внаслідок надмірної роботи, стресу та тривалої невпевненості. Вигорання проявляється у відчутті виснаження, втрати мотивації та інтересу до навчання чи викладання, а також у зниженні емоційної витривалості.

*Потреба у підтримці.* В умовах війни та нестабільності студенти та викладачі потребують більшої взаємної підтримки та розуміння. Це включає емоційну підтримку, розуміння змін у навчальних планах або флексибільне ставлення до виконання завдань.

*Емпатія та співчуття.* Важливо, щоб всі учасники освітнього процесу були відкритими до сприйняття емоцій та переживань один одного. Емпатія та співчуття сприяють створенню сприятливого середовища для взаємодії, згуртування і підтримки одне одного.

*Адаптація до змін.* Зі зростанням нестабільності змінюються плани, навчальні програми та методи навчання. Учасники освітнього процесу повинні бути готові до адаптації до нових умов, зберігаючи гнучкість та відкритість до змін.

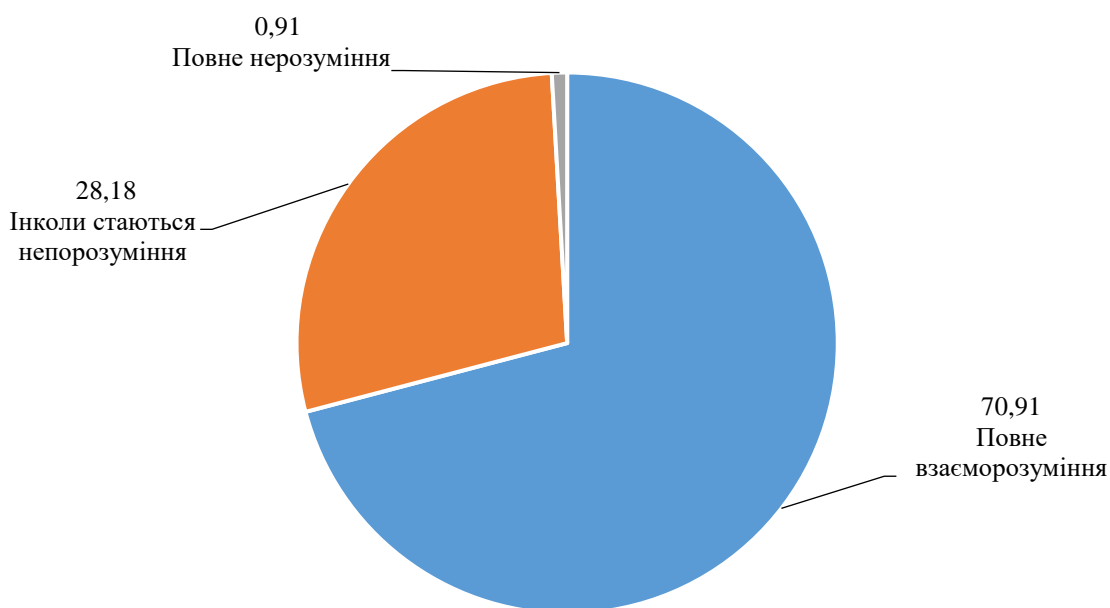
*Співпраця та комунікація.* Війна збільшує потребу у співпраці та комунікації між студентами та викладачами. Взаємне розуміння, діалог та взаємна підтримка зменшують напругу і зміцнюють спільноту.

*Розвиток резильєнтності.* Важливим є розвиток резильєнтності як у педагогів, так і у здобувачів. Це допомагає їм впоратися зі стресом, адаптуватися

до змін та зберігати позитивне ставлення до навчання та викладання попри наявні виклики.

У цих умовах важливо ставитися один до одного з розумінням, толерантністю та підтримкою. Взаємовідносини, побудовані на основі довіри та співпраці, сприяють подоланню труднощів та зміцненню освітнього середовища, незважаючи на війну. Вирішальну роль у побудові ефективних взаємовідносин відіграє особистість викладача, адже саме він направляє, детермінує спілкування у навчанні, є його ініціатором. Отже, вкрай важливо як саме педагоги сприймають студентів.

Респонденти-викладачі зазначили, що, на їх думку, взаємовідносини зі студентами побудовані на основі повного взаєморозуміння. І це незважаючи на умови воєнного стану та складність дистанційного навчання (рис. 3.16).



**Рис. 3.16. Самооцінка викладачами взаємовідносин зі студентами, %**

Отриманий результат соціологічного опитування зумовлений такими факторами: професійна відповідальність викладачів; адаптація до умов; спільність ситуації; прагнення до нормалізації; спілкування та підтримка; взаємозалежність.

*Професійна відповідальність викладачів.* Більшість викладачів усвідомлюють важливість своєї ролі в навчанні та вихованні студентів. Вони

намагаються знайти шляхи поліпшення комунікації та взаєморозуміння, навіть в умовах воєнного стану та дистанційного навчання.

*Адаптація до умов.* Науково-педагогічні працівники навчилися працювати у нових умовах і знаходити шляхи збереження взаєморозуміння зі здобувачами. Вони використовують технології для збереження зв'язку та допомоги студентам у дистанційному навчанні.

*Спільність ситуації.* Війна зближує людей, включаючи викладачів та студентів. Спільна ситуація спонукає до підтримки та взаємодопомоги, що сприяє підтримці гарних взаємовідносин.

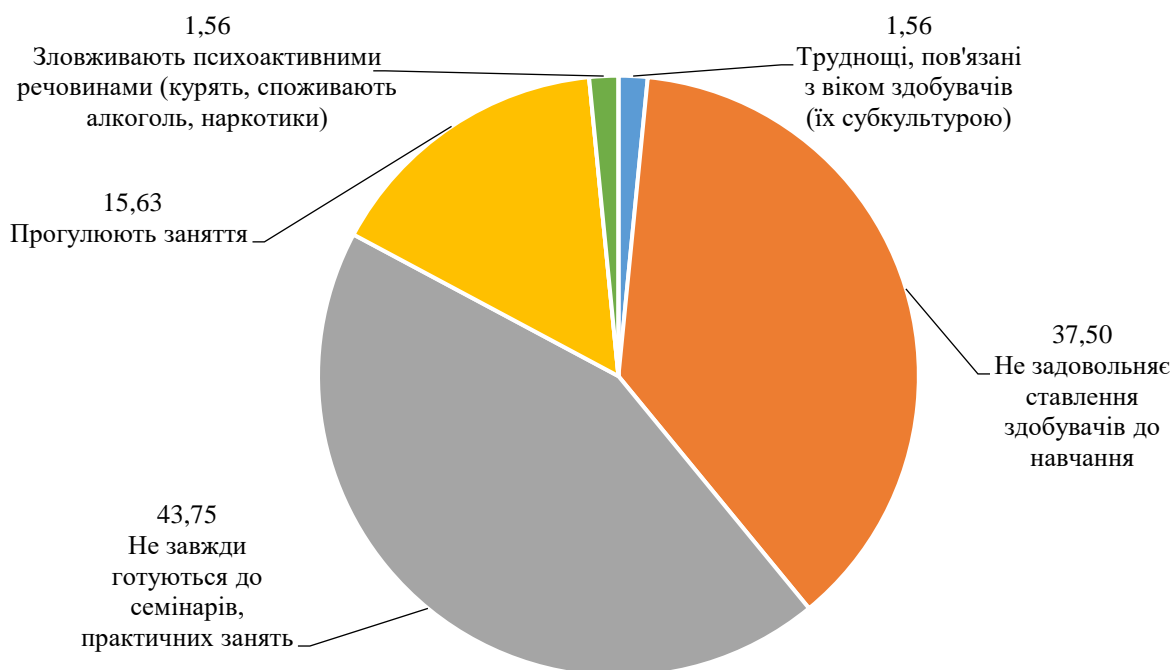
*Прагнення до нормалізації.* В умовах воєнного стану особи прагнуть зберегти буденність та нормальність в житті. Це включає збереження позитивних взаємовідносин між учасниками освітнього процесу.

*Спілкування та підтримка.* Можливо, викладачі більше звертали увагу на комунікацію та підтримку студентів, розуміючи, що умови війни та дистанційного навчання зменшують їхню психологічну стійкість.

*Взаємозалежність.* Учасники освітнього процесу розуміють, що вони взаємозалежні одне від одного для досягнення успіху в освіті. Це стимулює їх прагнення до підтримки та співпраці.

Загалом це свідчить про професіоналізм викладачів та їхню здатність адаптуватися до нових умов, щоб забезпечити якісне навчання та сприяти позитивним взаємовідносинам зі студентами.

Для більш ретельного дослідження взаємовідносин між учасниками освітнього процесу анкета включала запитання щодо причин можливих конфліктів зі здобувачами вищої освіти (рис. 3.17).



**Рис. 3.17. Оцінка викладачами причин конфліктів із здобувачами, %**

Домінантними причинами викладачі вважають: ставлення здобувачів до навчання – 37,50%, відсутність систематичної підготовки до семінарських та практичних занять – 43,75%. Це спричинено такими чинниками.

- Процес навчання успішно відбувається, коли всі учасники освітнього процесу надають йому належної ваги. Якщо студенти не виявляють достатнього інтересу або зацікавленості до предмета, це призводить до конфліктів між ними та викладачами. Педагоги можуть сприймати це як незацікавленість у навчанні, що ускладнює їхню роботу та знижує ефективність взаємодії.

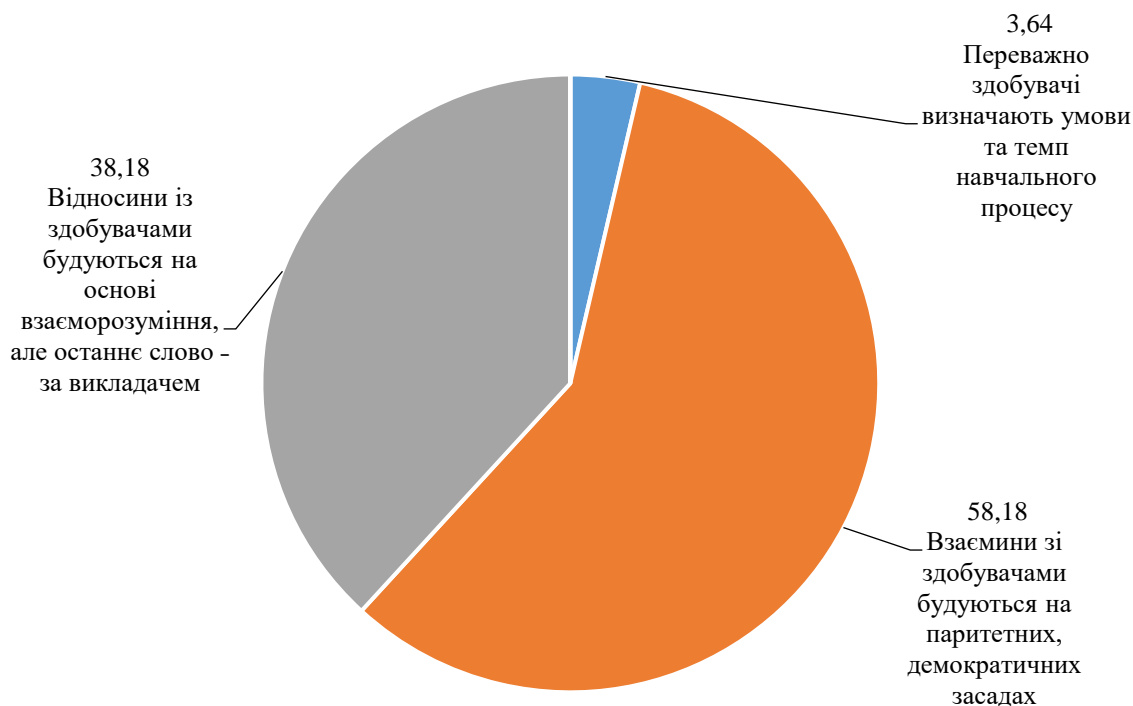
- Іноді здобувачі вищої освіти не демонструють систематичної і належної підготовки до семінарських чи практичних занять. Це створює викладачам додаткові труднощі у проведенні занять та передачі навчального матеріалу. Педагоги відчувають, що студенти не докладають достатніх зусиль для отримання знань, що викликає роздратування.

- Якщо студенти не дотримуються вимог та рекомендацій викладачів, це породжує різницю у сприйнятті навчального процесу. Викладачі вважають, що їхня праця та планування не отримують належного визнання з боку здобувачів, що викликає роздратування.

• У групах студентів може бути різний рівень підготовки до навчання. Це призводить до ситуацій, коли деякі здобувачі відчують, що матеріал для них надто складний або надто простий. Педагогам потрібно знаходити баланс між цими різними рівнями та забезпечувати всім студентам можливість ефективного навчання.

Ці причини детермінують різні рівні незадоволеності з боку викладачів, особливо коли вони відчують, що їхня робота та зусилля не сприймаються самими студентами.

Оскільки саме викладач організовує та керує взаємовідносинами в освітньому процесі, то питання вибору викладачем принципів їх побудови набуває вагомого значення (рис. 3.18). Вибір викладачем принципів побудови взаємовідносин зі студентами свідчить про важливі тенденції: професійна настанова; орієнтація на студента; адаптація до ситуації; позитивне налаштування, оптимізм.



**Рис. 3.18. Принципи побудови викладачем взаємовідносин зі студентами, %**

*Професійна настанова.* Вибір певних принципів взаємовідносин вказує на професійні настанови науково-педагогічних працівників. Якщо викладач

акцентує увагу на відкритості, співпраці та підтримці студентів, це свідчить про його бажання забезпечити найкращі умови для навчання та розвитку студентів.

*Орієнтація на студента.* Вибір принципів відображає те, наскільки викладач бере до уваги потреби, інтереси та особливості студентів. Якщо педагог створює відкрите та заохочувальне середовище для діалогу та обміну думками, це демонструє його зусилля зробити навчання більш адаптованим до потреб здобувачів. Вибір принципів, які сприяють підтримці, пошуку рішень та створенню мотиваційного середовища, означає, що викладач прагне допомогти студентам подолати труднощі, розвиватися та досягати успіхів.

*Адаптація до ситуацій.* Вибір педагогом принципів залежить від конкретної ситуації, наприклад воєнного стану або дистанційного навчання. Якщо викладач знаходить способи підтримки та співпраці навіть у складних умовах, це демонструє його гнучкість та вміння пристосовуватися.

*Позитивне налаштування оптимізм.* Перш за все реалізовується у спілкуванні. Вибір принципів, спрямованих на побудову позитивного та відкритого спілкування, свідчить про бажання викладача підтримувати здорові стосунки, обмін думками та конструктивний діалог зі студентами.

Узагальнюючи, зазначимо, що вибір викладачем певних принципів побудови взаємовідносин зі студентами вказує на його професіоналізм, спрямованість на підтримку студентів, адаптацію до умов та бажання поліпшити навчальний процес для всіх учасників.

За результатами опитування можемо виокремити дві важливі тенденції вибору викладачем принципів побудови взаємовідносин зі студентом: взаємини зі здобувачами будуються на паритетних, демократичних засадах (58,18%); відносини із здобувачами будуються на основі взаєморозуміння, але останнє слово – за викладачем (38,18%) (див. рис. 3.18).

Важливо підкреслити, що такі тенденції побудови викладачем взаємовідносин зі студентами були характерні і в умовах самоізоляції під час пандемії. Тобто впевнено можемо стверджувати, що особливості екстремальної ситуації та дистанційного навчання не впливають на суть взаємовідносин зі

студентами. Очевидно, побудова навчальних взаємовідносин більшою мірою залежить від особистісних характеристик самого викладача.

Отримані результати свідчать про те, що педагоги мають різні підходи до взаємодії зі студентами, і ці підходи можна узагальнити у дві основні тенденції.

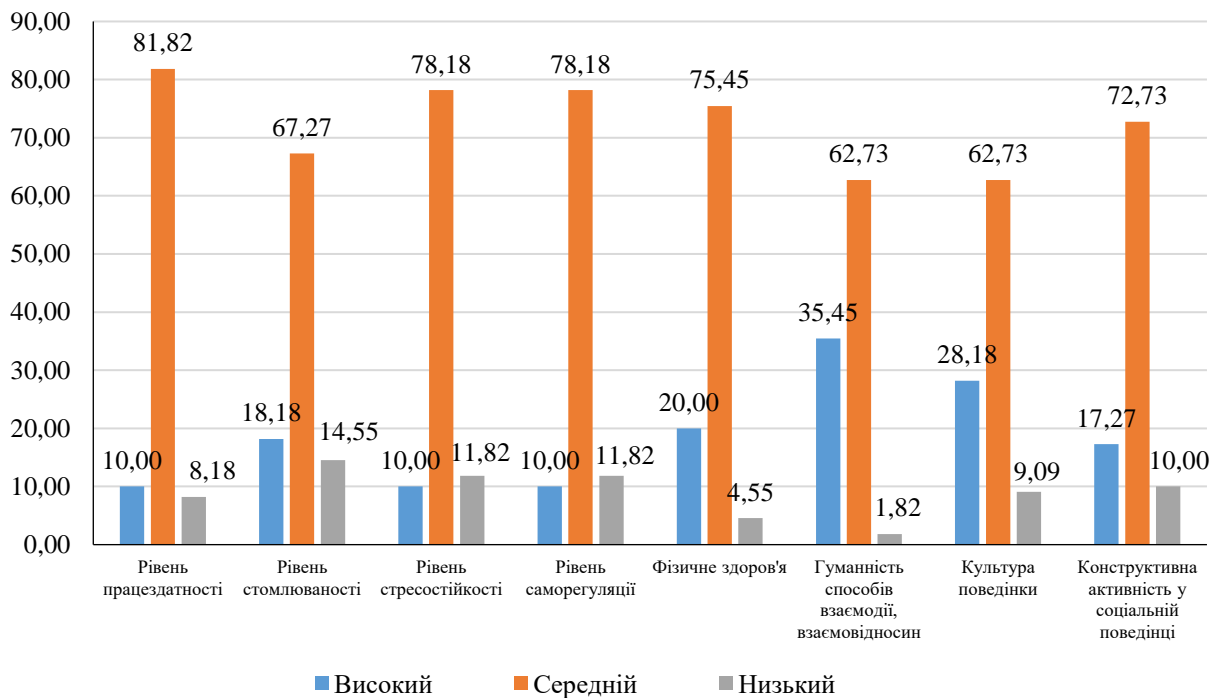
- Паритетні та демократичні засади (58,18%). У цьому разі викладачі встановлюють рівноправні взаємовідносини зі студентами. Це означає, що вони намагаються створити атмосферу взаємоповаги та взаєморозуміння, де ініціативи і думки студентів відіграють важливу роль. Відкритість до обговорень, допомога в розв'язанні проблем та надання підтримки студентам можуть бути важливими аспектами цього підходу. Викладачі дотримуються демократичних принципів та прагнуть сприяти розвитку студентів як активних учасників навчального процесу.

- Взаємини із здобувачами будуються на основі взаєморозуміння, але останнє слово – за викладачем (38,18%). Ця тенденція вказує на те, що науково-педагогічні працівники підтримують такі взаємини зі студентами, де більше акцентується на взаєморозумінні, але водночас педагог володіє останнім словом, тобто приймає остаточне рішення. Це пов'язано з тим, що викладачі сприймають себе експертами у своїй галузі та дорадниками для студентів. Вони вважають, що здобувачі повинні мати можливість висловлювати свої думки та брати участь у дискусіях, але остаточні рішення все ж таки приймаються викладачем.

Обидва підходи мають свої переваги та обмеження, і вибір конкретного підходу залежить від контексту, особистих переконань викладача, типу предмета, а також культурних та педагогічних факторів. Важливо, щоб взаємодія між педагогами та студентами сприяла позитивному навчальному середовищу, розвитку студентів та досягненню навчальних цілей.

Узагальнюючою є оцінка викладачами контингенту студентів, бо саме вона ґрунтується на принципах вибору педагогами стратегій побудови взаємовідносин у діаді «викладач–студент». Більшість викладачів відносять здобувачів до середнього рівня. Значна частина педагогів оцінює студентів за

високим рівнем, і найменша кількість педагогів відносить здобувачів до низького рівня (рис. 3.19)



**Рис. 3.19. Оцінка викладачами якісного складу студентів, %**

Встановлено факт, що переважно викладачі більшість студентів оцінюють за середнім рівнем, значну частину здобувачів – за високим, і найменшу кількість – за низьким. Цей результат зумовлений такими причинами.

1. Об'єктивність оцінювання. Викладачі як професіонали стежать за академічними досягненнями студентів та їхньою взаємодією з навчальним процесом. Якщо більшість здобувачів показує середні результати, це свідчить про зрілість навчального середовища та компетентність педагогів у плануванні навчальних завдань, адаптації до потреб студентів та виборі ефективних методів навчання.

2. Рівень вимог. Викладачі посилюють свої вимоги до студентів. Це є наслідком вимог воєнного стану або загальних змін у суспільстві, коли на випускників покладаються більші очікування, і педагоги сприяють цьому підвищенням рівня оцінювання.

3. Соціальне статусне утворення. Воєнний стан призводить до посилення напруги в суспільстві, а це відбивається на взаємодії між викладачами та



студентами. Педагоги відчувають відповідальність за позитивний статус і моральний дух здобувачів, особливо в умовах напруженості.

4. Індивідуальний підхід. Викладачі використовують індивідуальний підхід до студентів, а також розуміють, що різні студенти мають різні потреби та вихідні точки. Це відображається у їхньому оцінюванні – вони враховують потенціал студентів для зростання та розвитку.

### **3.7. Роль викладачів у сприянні допомоги іншим та організації волонтерського руху**

Війна завжди були складним іспитом для держав та громадян. Вміння не тільки зберегти власну гідність, але і допомагати іншим свідчить про зрілу громадянську позицію. Війна, розв'язана росією проти України, демонструє кращі якості українців. Набув розповсюдження волонтерський рух. Активними у цьому русі є студенти та викладачі закладів вищої освіти. Цьому є багато причин.

*Громадянська активність та волонтерство.* Українці виявили високу громадянську активність під час війни з росією. Це включає в себе волонтерські ініціативи, допомогу військовим, підтримку постраждалих і багато іншого. Всі учасники освітнього процесу у вищих навчальних закладах активно долучаються до цих зусиль, демонструючи свою готовність допомагати іншим і сприяти Українській армії та населенню.

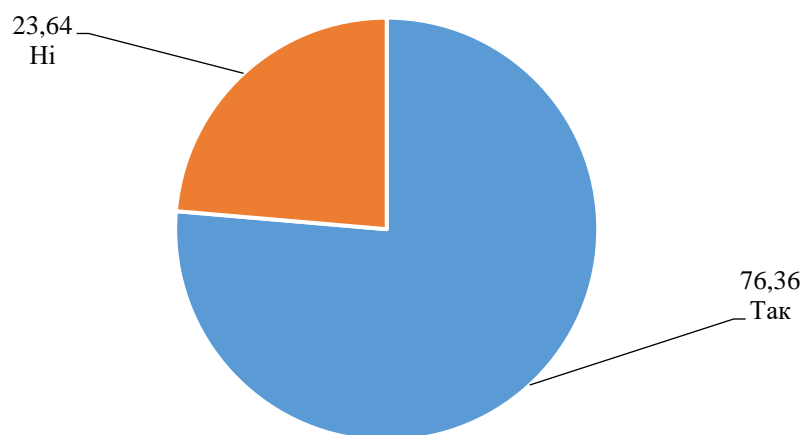
*Солідарність та об'єднання.* Війна сприяє об'єднанню громадян. Студенти і викладачі ЗВО демонструють солідарність з тими, хто найбільше потерпає від воєнних дій. Це включає надання гуманітарної допомоги, збір коштів для потреб військових та постраждалих, а також участь у благодійних проектах.

*Патріотизм та підтримка військових.* Багато здобувачів та педагогів відчувають патріотизм і підтримують військових, які захищають територіальну цілісність України. Це реалізовується у власній участі в військових програмах, а також у підтримці воїнів та їхніх сімей.

*Сприяння духовному і соціальному розвитку.* Волонтерські рухи і діяльність студентів та викладачів у гуманітарних сферах сприяють духовному і соціальному розвитку країни. Вони допомагають зміцнити цінності солідарності, громадянського суспільства та гідності.

Загалом, війна росії проти України вимагає від громадян значної міри відповідальності та патріотизму. Студенти та викладачі вищих навчальних закладів активно долучаються до цього процесу і допомагають зберігати і розвивати кращі якості українців у цей складний час.

76,36% опитаних викладачів підкреслили, що на час війни вже мали досвід волонтерської роботи (рис. 3.20). Такі дані підтверджують їхню високу соціальну активність викладачів університетів.



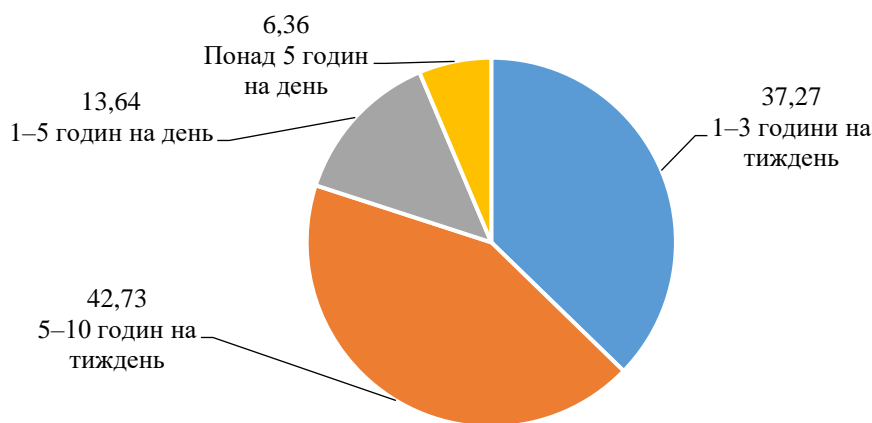
**Рис. 3.20. Наявність досвіду волонтерської роботи у викладачів, %**

Те, що така велика кількість викладачів брала участь у волонтерській роботі, свідчить про їхню готовність і бажання допомагати іншим у складних умовах війни. Це доводить наявність високого рівня соціальної відповідальності та емпатії. Волонтерська робота спрямована на підтримку власної спільноти або інших постраждалих внаслідок воєнної агресії. Часто в університетському середовищі вже існує певна мережа або ініціативи, що сприяють волонтерській роботі, яка є ефективною в організації допомоги в умовах війни. Вона об'єднує групи людей в боротьбі зі складними викликами. Викладачі, які мають досвід

волонтерської роботи, є лідерами в мобілізації інших для надання допомоги та розв'язання проблем.

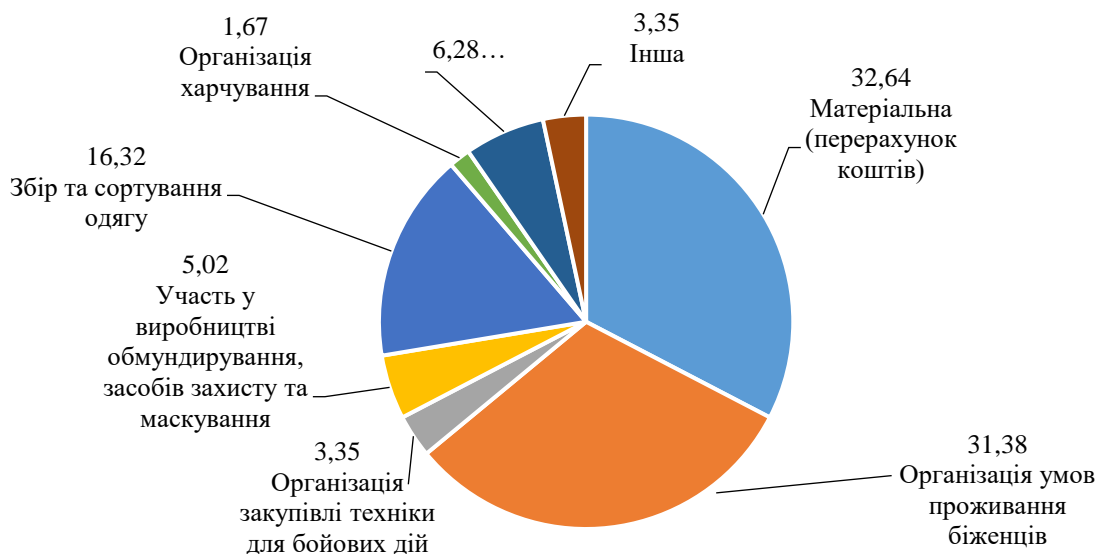
Загалом, висока соціальна активність викладачів, які мають досвід волонтерської роботи, свідчить про їхню здатність і готовність допомагати спільноті та іншим у складних обставинах. Це є важливим ресурсом для спільної підтримки та адаптації до умов воєнного стану.

Волонтерська робота реалізовувалася викладачами систематично, про що свідчать відповіді опитаних про витрачений час на допомогу (рис. 3.21). Отримані результати доводять, що викладачі усвідомлюють важливість такої роботи (42,73% надавали допомогу 5–10 годин на тиждень).



**Рис. 3.21. Кількість часу, витраченого викладачами на волонтерську допомогу іншим, %**

Цікавим було дізнатися, яку саме допомогу іншим надавали педагоги. Найбільш значимі результати: 32,64% – перерахунок коштів; 31,38% – організація умов проживання біженців; 16,32 – збір та сортування одягу для переселенців (рис. 3.22). Результати засвідчують, що педагоги-волонтери надають різноманітну допомогу іншим в умовах війни.



**Рис. 3.22. Види наданої викладачами волонтерської допомоги, %**

*Перерахунок коштів.* Науково-педагогічні працівники використовують свої фінансові ресурси, щоб допомогти тим, хто потребує грошової підтримки.

*Організація умов проживання біженців.* Це включає пошук житла, забезпечення першочергових потреб, таких як харчування і гігієнічні засоби, і надання допомоги у вирішенні практичних питань, пов'язаних із розселенням.

*Збір та сортування одягу для переселенців.* Це може бути важливим для забезпечення переселенців необхідними речами, особливо у воєнних конфліктах, коли багато людей втрачають свої домівки та майно.

Ці результати доводять, що волонтери-педагоги допомагають у різні способи і їхні дії спрямовані на полегшення життя та підтримку тих, хто потребує допомоги в умовах воєнного стану. Іншими словами, викладачі ЗВО готові допомагати вразливим групам населення.

Те, що викладачі активно займаються волонтерською діяльністю в умовах війни, може бути розцінено і як один з можливих способів психологічного захисту. Психологічний захист – це стратегії та механізми, які люди використовують, щоб впоратися зі стресом, травмою або негативними подіями.

Ось деякі аспекти, які можуть пояснити, чому викладачі університетів можуть обирати волонтерську діяльність як спосіб психологічного захисту в умовах війни.

*Почуття контролю:* волонтерська діяльність може надати відчуття контролю над ситуацією. Участь в допомозі потерпілим або воїнам дає відчуття, що вони активно впливають на події.

*Виокремлення сенсу:* респонденти у волонтерській діяльності знаходять сенс. Допомога іншим надає викладачам відчуття того, що вони роблять щось корисне та важливе.

*Відволікання від стресу:* робота волонтером слугує фактором відволікання від стресу та травматичних подій, які відбуваються в умовах війни. Вона допомагає відвести думки від негативних аспектів ситуації та зосередитися на позитивних.

*Спільнота та підтримка:* волонтерство детермінує встановлення зв'язків з іншими людьми, які мають подібні цінності та цілі. Це створює сприятливу соціальну підтримку, яка важлива для психологічного благополуччя.

Звісно, важливо враховувати, що психологічний захист формується у різні способи для різних людей. Для одних волонтерська діяльність є способом психологічного захисту, тоді як інші можуть використовувати інші стратегії – такі як медитація, терапія або заняття спортом.

\*\*\*

Результати соціологічного опитування викладачів університету вказують на те, що вони розуміють важливість заходів держави в умовах воєнного стану, але водночас мають серйозні обґрунтовані побоювання стосовно свого майбутнього та можливості збереження стабільної роботи в університеті.

Щодо оцінки викладачами навчання в умовах воєнного стану отримано наступні результати: 40,91% респондентів вважають, що умови навчання в цілому не змінилися; 43,64% вважають, що навчання дещо погіршилося; 12,73% вважають, що умови навчання істотно погіршилися.

Викладачі зазначили, що заняття у переважній більшості проводять засобами Інтернет-зв'язку, а саме: 28,33% – читають лекції; 26,91% – проводять семінари; 24,93% – проводять консультації. В умовах воєнного стану педагоги констатують про труднощі з Інтернетом та проведенням дистанційних занять. Проте 58,18% викладачів зазначили, що ніщо і ніхто їх не відволікає, а 40% підкреслили, що іноді виникають сторонні перешкоди, але вони не дуже заважають у викладанні. Узагальнюючи, зазначимо, що такі відповіді викладачів можна пояснити їх громадянською позицією, яка висловлює впевненість в мужності та рішучості українського народу. Педагоги вказали на проблему у доступі до наочних посібників (48,48%) та нестачу інтерактивних електронних підручників (21,21%).

Важливо для проведення дистанційних занять, щоб викладачі були технічно оснащені. На жаль, тільки 27,27% педагогів підтвердили, що мають персональний комп'ютер, 38,89% мають особистий ноутбук. Тобто гарно технічно оснащені лише 66,16% опитаних; 31,8% мають телефон або планшет. Це свідчить про те, що більшість викладачів має лише один пристрій для роботи, і це може бути обмеженням, особливо якщо їм потрібно використовувати одночасно кілька програм або платформ для проведення занять.

За результатами опитування викладачів стосовно впливу дистанційного навчання в умовах війни на якість освіти та здобуття знань здобувачами можна виокремити такі тенденції:

- вплив варіюється залежно від типу навчальних дисциплін;
- для дисциплін загальної підготовки якість здобуття знань не змінилася, бо ці предмети теоретичні за своєю суттю та легше адаптуються до дистанційного формату;
- для дисциплін фахової підготовки показники оцінки якості знань знизилися, оскільки такі предмети включають практичні аспекти, які важче передати в дистанційному форматі;

• здобуття практичних навиків, які важливі для майбутньої професійної кар'єри, погіршилося. Це може бути пов'язано з труднощами забезпечення практичного досвіду та навичок у дистанційному форматі.

36,59% викладачів вважають, що навчання відволікає їх від психологічних проблем війни; 17% зазначають, що поліпшилася можливість використання інтерактивних технологій. Інші відповіді розділилися майже у рівних відсотках (по 13%): навчання здобувачів стало більш вмотивованим; розширилися і поглибилися навички здобувачів у вирішенні тестових завдань, пошуку інформації; покращилися навички здобувачів з самоорганізації.

Викладачі виокремлюють і фактори погіршення вищої освіти, а саме: навчанню заважає постійна психологічна ситуація стресу (16,37%); складно перевірити ступінь самостійності здобувачів у вирішенні навчальних завдань (16,37%); є труднощі формування практичних навиків здобувачів (15,93%); дистанційно складно пояснювати здобувачам деякі практичні та ситуативні завдання (13,72%).

За результатами опитування можемо виокремити дві важливі тенденції вибору викладачем принципів побудови взаємовідносин зі студентом: взаємини зі здобувачами будуються на паритетних, демократичних засадах (58,18%); відносини із здобувачами будуються на основі взаєморозуміння, але останнє слово – за викладачем (38,18%). Обидва підходи мають свої переваги та обмеження, і вибір конкретного підходу може залежати від контексту, особистих переконань викладача, типу предмета, а також культурних та педагогічних факторів. Важливо, щоб взаємодія між викладачами та студентами сприяла позитивному навчальному середовищу, розвитку студентів та досягненню навчальних цілей.

Війна завжди була складним іспитом для держав та громадян. Набув розповсюдження волонтерський рух. Активними у цьому русі є студенти та викладачі закладів вищої освіти. Волонтерством викладачі займалися систематично, про що свідчать відповіді опитаних про витрачений час на

допомогу. Отримані результати доводять, що викладачі усвідомлюють важливість такої роботи (42,73% надавали допомогу 5–10 годин на тиждень).

Цікаво було з'ясувати, яку допомогу іншим надавали педагоги. Найбільш значимі результати: 32,64% – перерахунок коштів; 31,38% – організація умов проживання біженців; 16,32 – збір та сортування одягу для переселенців. Результати показують, що педагоги надають різноманітну допомогу іншим в умовах воєнного конфлікту.

Проведення соціологічного опитування серед викладачів університету щодо особливостей освітнього процесу в умовах війни має велике практичне значення. Опитування надає можливість отримати від викладачів об'єктивну оцінку ситуації у навчальних закладах під час війни. Це важливо для визначення, наскільки воно може бути продовжене і які аспекти потребують поліпшення. Педагоги виокремлюють основні проблеми, з якими вони стикаються під час навчання в умовах війни, такі як доступ до навчальних закладів, безпека на території університету, доступ до навчальних матеріалів тощо. Результати опитування можуть допомогти адміністрації та владі визначити потреби в ресурсах та підтримці для університетів. Це може включати фінансування для забезпечення безпеки, постачання навчальних матеріалів, психологічну підтримку тощо.

Узагальнюючи, соціологічне опитування викладачів університету щодо особливостей навчання в умовах війни є важливим інструментом для збору даних та визначення потреб університетських спільнот під час війни. Результати опитування можуть допомогти поліпшити якість навчання та забезпечити необхідну підтримку для викладачів у цій надзвичайно складній ситуації.



## **РОЗДІЛ 4.**

### **ЮНІСТЬ У ВОГНІ ВІЙНИ: ЖИТТЯ ТА НАВЧАННЯ УЧНІВ**

*Війна суттєво впливає на всі сфери життя, включаючи освіту. Дослідження особливостей проживання, самопочуття та навчання учнів загальноосвітніх шкіл в умовах війни стає надзвичайно важливим з кількох причин. А саме: умови воєнного стану створюють загрози для безпеки учнів; вимагають змін в навчальних програмах для відповідності потребам учнів у важких умовах; виникають технологічні виклики, такі як обмеження доступу до Інтернету або зниження доступності технічних засобів; впливають на соціальну ізоляцію, психоемоційний та психологічний стан учнів.*

*Проведено соціологічне опитування учнів загальноосвітніх шкіл щодо особливостей їх навчання в умовах воєнного стану. Вибірку респондентів склали 199 осіб: 111 учнів шкіл міста Мукачева; 88 учнів із сімей внутрішньо переміщених осіб.*

*Результати дослідження допомогли зробити важливі висновки та здобути досвід для розроблення планів щодо екстремальних ситуацій у сфері освіти, що можуть бути корисними для забезпечення якісної освіти в умовах війни.*

#### **4.1. Основні характерологічні особливості вибірки досліджуваних школярів**

У соціологічному опитуванні щодо особливостей життя та навчання молоді взяли участь школярі загальноосвітніх шкіл (старшокласники). Для більш ґрунтовного аналізу вибірка учнів складалася з двох груп: діти із сімей внутрішньо переміщених осіб (ВПО) та учні, які не змінили місце проживання, бо живуть у безпечному регіоні (учні мукачівських шкіл). Формування такої вибірки, яка включає старшокласників із різних соціальних груп, є важливим у проведенні соціологічного дослідження. Обрана стратегія має кілька обґрунтованих критеріїв: репрезентативність, специфічні особливості, ґрунтовний аналіз, соціальна відповідальність.

*Репрезентативність.* Включення учнів із різних соціальних груп дає змогу отримати більш повне уявлення про сучасних школярів, бо охоплює різні життєві ситуації, що сприяє точному відтворенню соціального різноманіття серед випускників шкіл.

*Специфічні особливості.* Поділ учасників на групи з внутрішнім переміщенням та без нього допомагає виявити особливості життя та навчання цих двох категорій. Це включає такі аспекти як доступ до освіти, психосоціальна підтримка, психоемоційні стани, економічні труднощі тощо.

*Грунтовний аналіз.* Розгляд досліджуваних груп окремо дає можливість зосередитися на конкретних викликах та проблемах, які виникають внаслідок внутрішнього переміщення. Це полегшує розуміння контексту та стане основою для розроблення більш ефективних підходів до підтримки цієї категорії школярів.

*Соціальна відповідальність.* Дослідження осіб із сімей ВПО приверне увагу до проблем, з якими ці сім'ї стикаються, і створить підстави для розроблення соціальних програм та ініціатив, спрямованих на полегшення їхньої ситуації.

Вибірку досліджуваних склали учні 9–11 класів, тобто старшокласники. Обрання старшокласників для проведення соціологічного дослідження не є випадковим і зумовлено кількома причинами: критичний період у навчанні; вікові особливості старшокласників; вплив на майбутнє; взаємодія з соціальним оточенням.

- Критичний період у навчанні.

Старші класи є критичним періодом для учнів, оскільки це час підготовки до вступу до ЗВО. Від їхніх навчальних досягнень може залежати подальший шлях у житті. Війна суттєво впливає на умови навчання і вирішення освітніх цілей старшокласників.

- Вікові особливості старшокласників.

Учні старших класів зазвичай мають більше власної думки, можуть висловлювати свої погляди і ставлення до подій. Вони також є більш свідомими

громадянами і виявляють інтерес до суспільних питань, таких як вплив воєнного стану на їхню освіту.

- Вплив на майбутнє.

Старшокласники знаходяться на етапі прийняття важливих рішень про своє майбутнє, таких як вибір професії і вступ до ЗВО. Війна впливає на їхні можливості та перспективи, і дослідження цієї категорії допоможе зрозуміти, як умови воєнного стану впливають на плани та амбіції молоді.

- Взаємодія з соціальним оточенням.

Старшокласники більше взаємодіють з оточуючими, висловлюють свої думки та впливають на оточуючих. Дослідження дасть можливість виокремити соціальну динаміку та реакції на воєнний стан в навчальному середовищі.

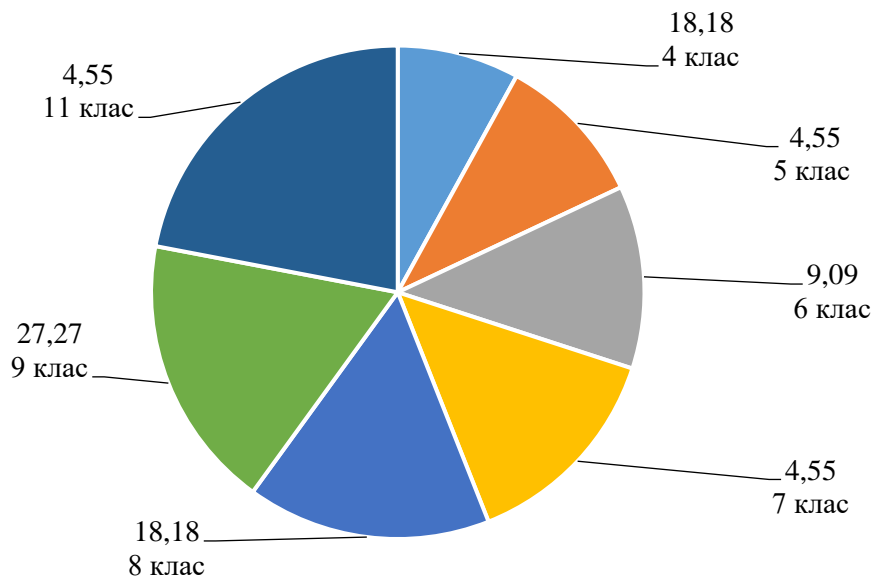
Отже, обрання старшокласників для дослідження є обґрунтованим з погляду їхнього ключового етапу навчання, вікових та соціальних характеристик, а також їхнього потенційного впливу на суспільство у майбутньому.

Переїзд будь-якої людини у звичайному житті є стресовою ситуацією. Переїзд ВПО внаслідок війни, розв'язаної росією проти України, – надзвичайно складна проблема. У цій ситуації найбільш вразливою категорією є діти.

Діти дуже чутливі до травматичних подій. Вони можуть бути свідками насильства, знищення родинного житла, втрати близьких людей, і ці події залишають глибокий психологічний слід, який може вплинути на їхнє емоційне та психологічне благополуччя. Очевидно, що війна і переїзд перешкоджають нормальному фізичному, соціальному та когнітивному розвитку дітей. Учні можуть втратити доступ до освіти, яка є важливою для їхнього майбутнього, а також можуть стикнутися зі зниженням доступу до медичної допомоги та інших основних потреб. Школярі потребують стабільності, буденності та безпеки для нормального розвитку. Переїзди та війна порушують цю стабільність, створюючи для дітей надмірний стрес і невизначеність. Переміщення також означає втрату близьких друзів та родичів, які є важливими для

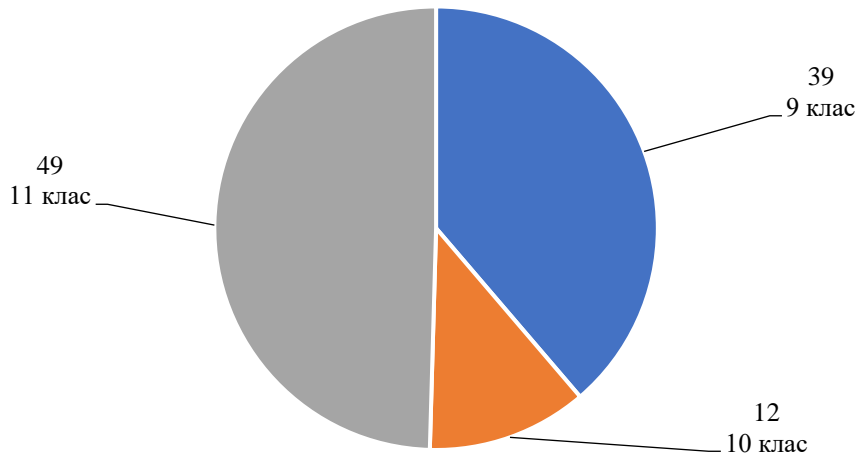
психосоціального розвитку молоді. Діти відчуватимуть відчуженість та самотність, що впливає на їх емоційний стан.

Отже, важливою частиною досліджуваної вибірки стали школярі-переселенці. За віком вибірка представлена на рис. 4.1, причому найбільшу кількість склали учні 9 класу. За статтю вибірка є рівномірною: хлопців – 40,91%, дівчат – 59,09%.



**Рис. 4.1. Вибірка внутрішньо переміщених школярів за класами, %**

Інша частина досліджуваної вибірки – школярі загальноосвітніх шкіл міста Мукачева (ЗОШ № 1, ЗОШ № 13). За віком вибірка представлена на рис. 4.2, проте найбільша кількість - це учні 11-х класів – 40,55%; учнів 9-х класів серед опитаних було 38,74%; 11,71% - це учні 10-х класів. За статтю вибірка є такою: хлопців – 39,64%, дівчат – 60,36%.



**Рис. 4.2. Вибірки школярів мукачівських шкіл за класами, %**

Опитування дітей ВПО важливе з кількох причин: зрозуміння їхніх потреб і проблем, планування і розвиток програм та послуг, забезпечення голосу та участі, моніторинг та оцінювання ефективності заходів, психологічна підтримка.

*Зрозуміння потреб і проблем.* Соціологічні опитування допомагають зрозуміти потреби, становище та проблеми дітей ВПО. Вони можуть надати важливу інформацію про їхні освітні, медичні, психологічні та соціальні потреби.

*Планування і розвиток програм та послуг.* Результати опитувань сприяють плануванню та розробленню програм, які спрямовані на поліпшення життя дітей ВПО. Це допоможе соціальним та міжнародним організаціям створити ефективні, адаптовані до потреб ВПО заходи.

*Забезпечення голосу та участі.* Опитування дає можливість враховувати погляди та голос дітей у процесі прийняття рішень, які впливають на майбутнє. Це сприяє захисту прав школярів і допомагає забезпечити участь у житті суспільства.

*Моніторинг та оцінювання ефективності заходів.* Соціологічні опитування є інструментом для моніторингу та оцінювання ефективності заходів та програм, спрямованих на дітей ВПО. Результати нададуть змогу відстежити зміни в становищі досліджуваних.

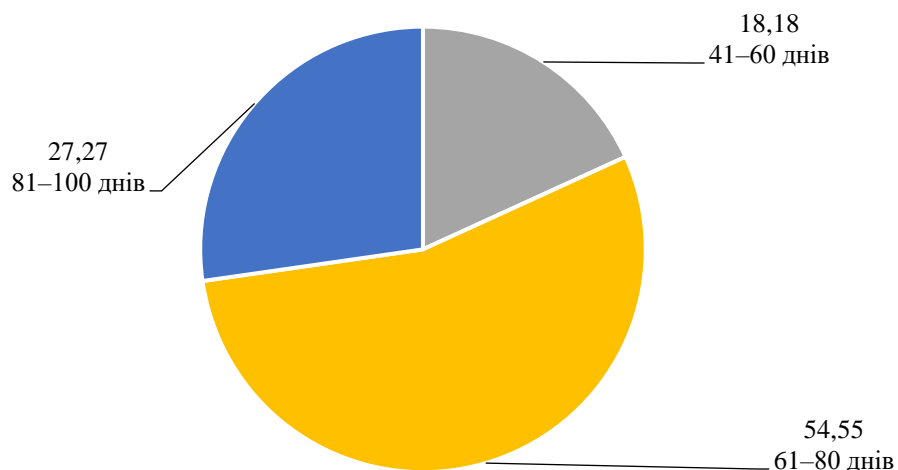
*Психологічна підтримка.* Опитування також є формою психологічної підтримки для дітей. У процесі опитування школярі висловлюють свої думки та почуття, що сприяє їхньому психологічному відновленню.

Усі ці аспекти доводять актуальність проведення соціологічних опитувань з дітьми ВПО для забезпечення інтеграції в нове соціальне середовище та врахування потреб школярів у процесах прийняття рішень, що стосуються їхнього майбутнього.

#### **4.2. Соціальні та психологічні умови проживання досліджуваних школярів**

Учні проживали в гуртожитках Мукачівського державного університету. Внутрішньо переміщені особи перші шість місяців війни не проживали постійно в гуртожитках університету. Перше півріччя характеризувалося великим переміщенням переселенців: одні виїжджали за кордон, інші шукали більш зручне житло, частина поверталася в гуртожиток. Термін проживання опитаних відображено на рис. 4.3.

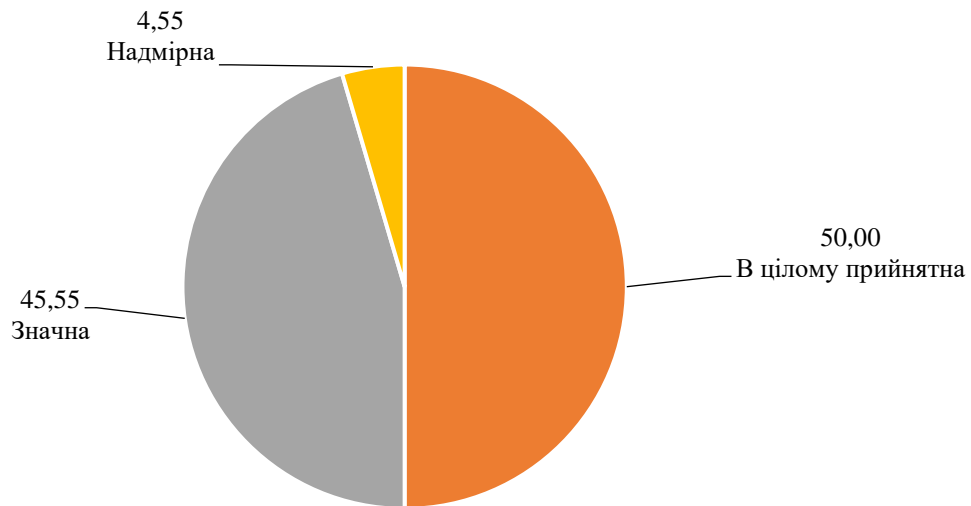
Фактична тривалість проживання школярів ВПО і психологічне сприйняття тривалості проживання є різними аспектами і мають різне значення. Фактична тривалість – це просто кількість часу, яку школярі проводять у нових умовах після внутрішнього переміщення. Цей аспект може бути об'єктивно вимірний в днях, тижнях, місяцях або роках. Він важливий з практичної точки зору, оскільки може вплинути на організацію навчання, соціальну адаптацію і багато інших аспектів життя внутрішньо переміщених школярів.



**Рис. 4.3. Тривалість проживання школярів ВПО у гуртожитках МДУ, %**

Психологічне сприйняття тривалості проживання – це суб’єктивний аспект, який визначається тим, як діти сприймають перебування у нових умовах. Це явище включає в себе почуття дітей щодо нового оточення, страх перед невідомим, відсутність стабільності та розчарування через втрату буденності і звичного життя. Психологічне сприйняття тривалості проживання впливає на емоційний стан, ментальне здоров’я та загальний добробут внутрішньо переміщених, а саме – якщо школярі сприймають тривалість перебування у новому місці негативно, це може вплинути на успіхи у навчанні через стрес, відсутність концентрації і мотивації. Негативне сприйняття тривалості перебування може викликати тривожність і депресію серед школярів-переселенців. Психологічне сприйняття тривалості проживання також впливає і на здатність дітей взаємодіяти з однолітками та іншими людьми у новому оточенні. Отже, психологічне сприйняття тривалості проживання у нових умовах дуже важливе, оскільки воно впливає на якість життя і добробут внутрішньо переміщених дітей.

Результати опитування щодо психологічного сприйняття та оцінки тривалості проживання є таким: 50% вважають тривалість проживання цілком прийнятною; 45,45% зазначають, що тривалість проживання в нових умовах є значною; 4,55% стверджують, що вона є надмірною (рис. 4.4).



**Рис. 4.4. Оцінка школярами-переселенцями тривалості проживання, %**

Тобто лише 4,55% школярів вважають тривалість проживання у гуртожитку в нових умовах надмірною. Такий низький відсоток може свідчити, що більшість школярів сприймають своє проживання в гуртожитку як прийнятне і нормальне. Це є ознакою того, що умови в гуртожитку є задовільними для більшості учнів, і їхнє психологічне сприйняття тривалості проживання в нових умовах є позитивним. Однак, навіть якщо 4,55% школярів вважають тривалість надмірною, це може вказувати на існування проблем або незадовільних умов для цієї меншості.

Найважливішою умовою зручності для школярів є умови навчання (рис. 4.5). 50% учнів підкреслюють, що не мають окремої кімнати для занять, але мають відносно автономне місце, де вони можуть без перешкод брати участь у дистанційних заняттях; 22,73% підкреслюють, що мають окрему кімнату для занять; 18,18% вказують, що постійного місця не мають, потрібно пристосовуватися кожного разу. Проте 9,09% учнів стверджують, що умов для занять зовсім не мають. Необхідно зазначити, що всі опитані проживають в гуртожитку і мають однакові можливості. Отже, останній показник (9,09% учнів, які стверджують, що умови для занять відсутні) є цікавим для аналізу. Важливо зрозуміти, що ситуація може бути більш складною, ніж просто питання адаптації. Причиною цього можуть бути різні фактори: матеріальний стан сім'ї, доступність ресурсів, зовнішня підтримка, психологічна адаптація.



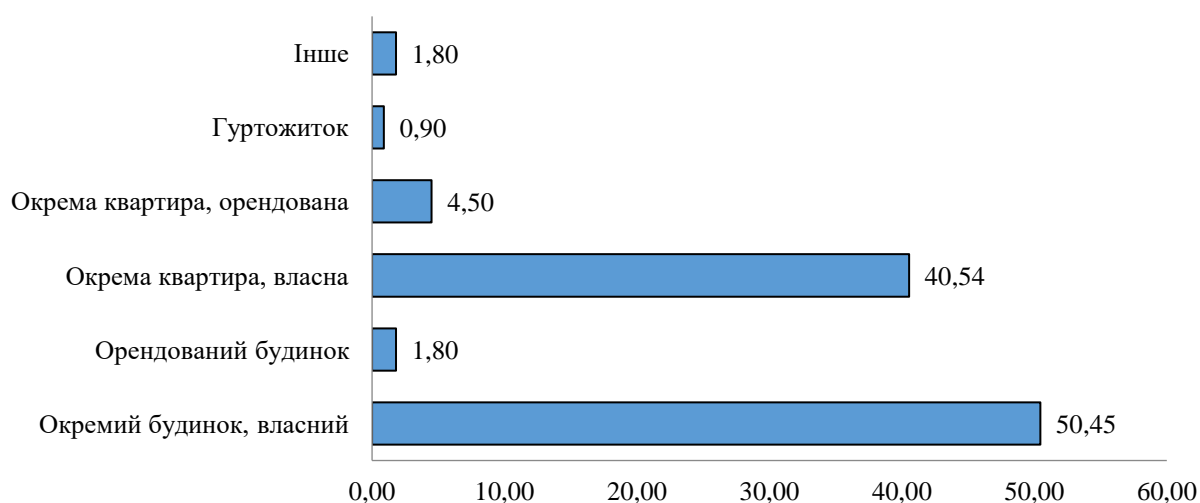


**Рис. 4.5. Оцінка школярами-переселенцями умов місця перебування, %**

Учні, які не мають жодних умов для занять, можуть не мати доступу до необхідного обладнання (комп'ютера, Інтернету) або власного простору для навчання через фінансові обмеження. Доступ до необхідних ресурсів для навчання відіграє важливу роль. Якщо ці діти не мають доступу до Інтернету, комп'ютерів або інших необхідних засобів, то це може значно ускладнити їхню можливість навчатися. Важливо також розглянути, чи надає школа та вчителі підтримку та ресурси для цих учнів. Такі школярі можуть стикатися і з проблемами психологічної адаптації, особливо якщо вони почувають себе відокремленими від навчального процесу через відсутність умов для навчання. Важливо спрямувати увагу на адаптацію і підтримку цієї групи учнів, особливо якщо їхні можливості навчання суттєво обмежені.

Всі старшокласники відчували побутові та технічні труднощі в умовах війни. Очевидно, що більш вразливою категорією є діти із сімей внутрішньо переміщених осіб. Проте навіть і у відносно безпечних регіонах діти можуть стикатися з різними побутовими та технічними труднощами. Учасниками соціологічного опитування стали і учні загальноосвітніх шкіл Мукачева, тобто які проживають у найбільш безпечному регіоні країни. Досліджувалося сприйняття старшокласниками труднощів в наслідок війни. Школярі зазначили, що побутові умови відіграють важливу роль в їх успішному навчанні. Учні повинні мати вдома доступ до необхідних навчальних ресурсів, таких як книги,

комп'ютери, Інтернет. Наявність цих ресурсів надає їм змогу долучати додаткові знання, виконувати домашні завдання та розширювати свої інтелектуальні можливості. Умови вдома повинні забезпечувати в учнів відчуття стабільності та безпеки. Наприклад, нестабільні побутові умови або небезпечне оточення можуть стати негативними викликами для успішного навчання. Загалом, побутові умови створюють основу для фізичного, психологічного та соціального розвитку учня, що, у свою чергу, впливає на їхню здатність ефективно навчатися та досягати успіху в освіті. Досліджувані зазначили, що вони забезпечені необхідними побутовими умовами для проживання та навчання (рис. 4.6).



**Рис. 4.6. Умови проживання учнів загальноосвітніх шкіл Мукачева, %**

Результати соціологічного опитування дозволили виокремити труднощі з якими стикаються старшокласники із безпечного регіону, а саме: відсутність почуття безпеки навіть у безпечному регіоні; перехід на дистанційне навчання через загрозу обстрілів; нестача якісного інтернету та технічних засобів для участі в онлайн-уроках; проблеми з концентрацією та мотивацією до навчання; обмежені можливості для соціалізації через необхідність уникати великих скупчень людей; відсутність доступу до позашкільних заходів і гуртків; зниження доходів сім'ї через економічну кризу; перебої з електропостачанням і зв'язком; проблеми з опаленням та іншими комунальними послугами в зимовий період. Узагальнення цих труднощів допоможе привернути увагу до проблем

дітей у безпечних регіонах і сприяти розробці цілеспрямованих програм підтримки.

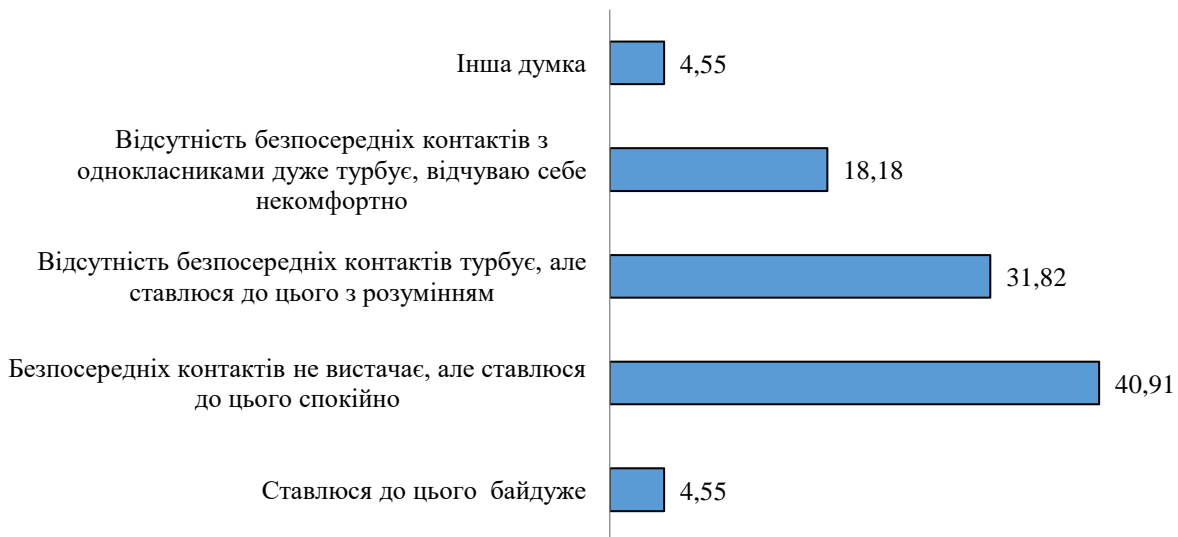
#### **4.3. Соціально-психологічний аспект спілкування старшокласників в умовах воєнного стану**

Вимушений переїзд, особливо для переселенців або біженців, є складним процесом, який супроводжується численними викликами і труднощами. Це особливо складно для сімей, які залишають свої рідні місця проживання і вимушені створювати нові умови для життя. Переселенці втрачають звичні умови проживання, включаючи домівку, майно, роботу, рідне місто або село. Переселення є дуже стресовим і травматичним для сімей, особливо якщо вони мають глибокі корені в своєму колишньому місці проживання. Після переїзду сім'ям доводиться створювати новий дім і новий побут в незнайомому місці. Це включає в себе пошук житла, роботи, навчання для дітей, інфраструктуру та всі інші аспекти повсякденного життя. Такий процес може бути фізично та психологічно виснажливим.

Діти із сімей ВПО відчувають страх перед невідомим та щодо свого майбутнього. Вони є стурбованими щодо того, чи вони зможуть знову знайти стабільність і безпеку у новому місці.

Проте один з найбільших викликів полягає в тому, що у переселенців руйнуються соціальні контакти з рідними та друзями, які можуть залишитися у колишньому місці проживання. Це викликає почуття втрати та сенсу власної ідентичності, бо підтримувати соціальні стосунки на відстані складно.

40,91% опитаних школярів зазначають, що їм не вистачає безпосередніх контактів, але ставляться вони до цього спокійно (рис. 4.7). 31,82% підкреслюють, що відсутність безпосередніх контактів їх турбує, але вони ставляться до цього з розумінням.



**Рис. 4.7. Ставлення дітей із сімей ВПО до припинення безпосередніх контактів з однокласниками, %**

Узагальнюючи, можна зазначити, що 90,91% опитаних відповідають, що їм не вистачає безпосередніх контактів; 72,73% ставляться до цього з розумінням. За отриманими даними можна зробити такі висновки:

1. Брак безпосередніх контактів (90,91%) вказує на те, що більшість дітей відчувають потребу в особистому спілкуванні з іншими, болуче переживають відсутність безпосереднього контакту через дистанцію або інші обставини.

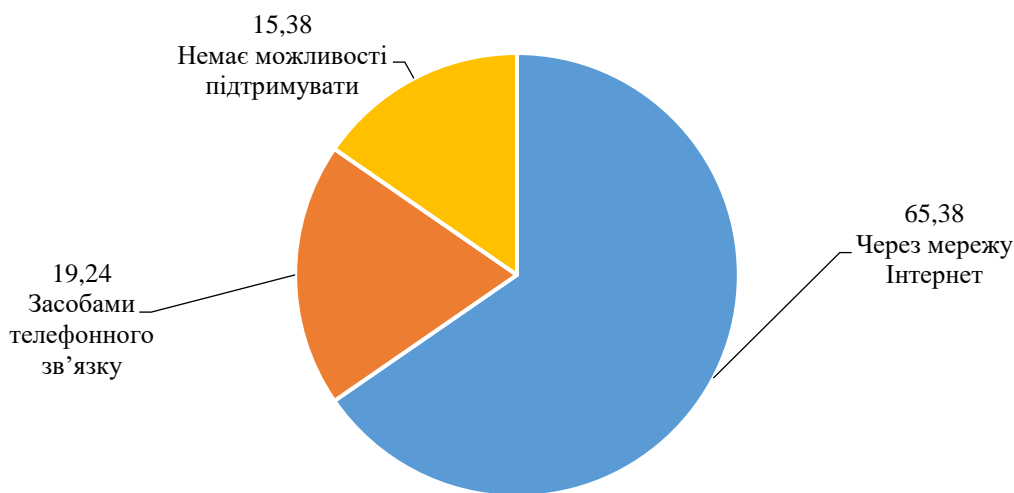
2. Більшість опитаних розуміють ситуацію та ставляться до неї толерантно (72,73%). Це означає, що досліджувані розуміють, чому вони не можуть мати безпосередніх контактів, і є терпимими до обставин, які обмежують можливість вступати в особистий контакт з іншими.

Загалом, слід зазначити, що, незважаючи на прагнення до особистого спілкування, більшість опитаних розуміють необхідність обмежень і можуть приймати їх з розумінням, особливо у зв'язку з обставинами, які можуть вимагати дистанціювання або відсутність безпосередніх контактів (війна, пандемія чи інші обставини).

Очевидними є наступні результати опитування учнів вимушених переселенців. Школярі зазначають, що підтримують контакти зі своїми однокласниками: 65,38% – через мережу Інтернет; 19,23% – засобами телефонного зв'язку (рис. 4.8). Тривожним є те, що 15,38% дітей зазначають, що

не мають можливості підтримувати контакти зі своїми друзями та однокласниками.

Отримані результати вказують на важливість збереження соціальних контактів серед школярів, особливо в умовах, коли безпосередній контакт обмежений чи недоступний, як це може бути під час війни, пандемії або в інших випадках. Розглянемо отримані результати ґрунтовніше.



**Рис. 4.8. Засоби підтримання контактів з однокласниками, %**

65,38% школярів вказують, що підтримують контакти з однокласниками через Інтернет. Це свідчить про важливість онлайн-соціальних мереж та інтернет-платформ для підтримання зв'язків у сучасному світі. Вони надають можливість спілкуватися, обмінюватися інформацією та підтримувати дружбу навіть на відстані.

19,24% школярів використовують телефонні засоби для підтримання контактів з друзями та однокласниками. Це включає голосові дзвінки, текстові повідомлення, відеодзвінки тощо. Мобільні телефони стали невід'ємною частиною життя багатьох людей, і вони можуть бути корисними для збереження зв'язків.

15,38% школярів вказують, що не мають можливості підтримувати контакти з друзями та однокласниками. Це зумовлено різними причинами, включаючи відсутність доступу до необхідних технічних засобів, фінансові

обмеження чи інші обставини. Для цієї групи школярів важливо розглянути можливості для надання доступу до способів збереження контактів з іншими.

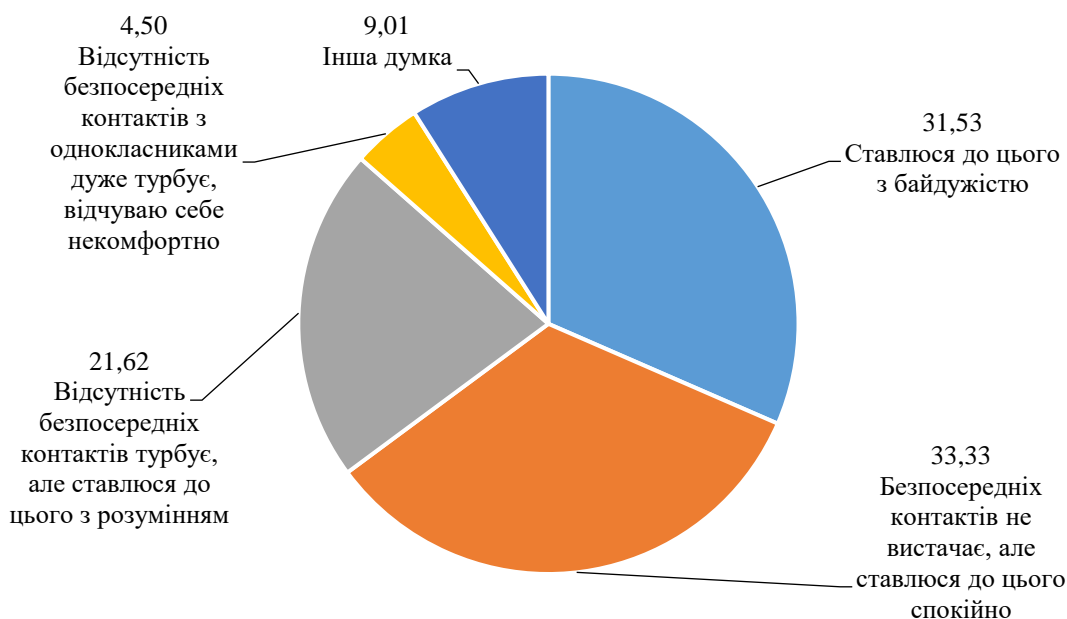
Загальною тенденцією є те, що сучасні технології і засоби зв'язку відіграють важливу роль у підтриманні соціальних контактів серед школярів, особливо в ситуаціях, коли безпосередній фізичний контакт неможливий. Важливо враховувати цю реальність та надавати можливість всім дітям зберігати зв'язки зі своїми друзями та однокласниками.

Хоча Закарпаття є найбільш безпечним регіоном в умовах війни, багато дітей-старшокласників виїхало за кордон. Є кілька можливих причин, чому старшокласники виїхали за кордон, навіть з безпечного Закарпаття. Учні виїжджають за кордон для отримання вищої освіти або інших освітніх можливостей. Це може включати можливості для навчання в різних школах, коледжах чи університетах, які пропонують конкретні програми або спеціалізації. Сімейні обставини, такі як переїзд батьків або інші родинні обставини, також приводять до зміни місця проживання старшокласників.

Незалежно від причини, переїзд за кордон призводить до порушення звичних соціальних контактів та кола друзів. Ця подія є емоційно важливою зміною для старшокласників, оскільки вони можуть відчувати втрату стабільності, розлуку зі своїми друзями та комунікаційні труднощі. За таких умов важливо надавати підтримку та створювати можливості для збереження зв'язків з давніми друзями через засоби зв'язку та відвідування.

Опитані учні зазначили, що вони стурбовані втратою контактів з друзями (рис. 4.9). Також слід зазначити, що перше півріччя війни детермінувало перехід на дистанційне навчання, тобто учні втратили безпосередні контакти з вчителями та однокласниками. Отже, отримано такі результати: 33,33% вказали, що їм безпосередніх контактів не вистачає, але ставляться до цього спокійно; 31,53% ставляться до цього байдуже; 21,62% констатували, що відсутність безпосередніх контактів турбує, але ставляться до цього з розумінням; 4,5% вказали, що відсутність безпосередніх контактів з однокласниками дуже турбує, відчувають себе некомфортно. Узагальнюючи, слід вказати, що 59,45%

досліджуваних не вистачає безпосередніх контактів. Це є значимим та важливим показником.



**Рис. 4.9. Самооцінка школярами Мукачева нестачі безпосередніх контактів з однокласниками, %**

Доцільно проаналізувати отримані результати через призму двох категорій вибірки: школярів із сімей ВПО та школярів загальноосвітніх шкіл Мукачева. Отримано такі результати:

- відсутність безпосередніх контактів з однокласниками дуже турбує, відчувають себе некомфортно – 18,18% школярів ВПО, 4,55% – школярів шкіл Мукачева;
- відсутність безпосередніх контактів турбує, але ставляться до цього з розумінням 31,82% учнів ВПО, 21,6% учнів мукачівських шкіл;
- безпосередніх контактів не вистачає, але ставляться до цього спокійно – 40,91% школярів ВПО, 33,33% учнів мукачівських шкіл;
- ставляться до цього байдуже – 4,55% школярів ВПО, 31,53% учнів мукачівських шкіл.

Підкреслимо, що навчання в школі у перше півріччя війни відбувалося дистанційно. Очевидно, що для учнів втрата безпосередніх контактів з однокласниками та друзями є некомфортною. Отримані результати, відповідно до категорії вибірки, за деякими відповідями сильно різняться. А саме: відчуття

безпосередніх контактів з однокласниками дуже турбує, відчувають себе некомфортно – 18,18% школярів ВПО, 4,55% учнів шкіл Мукачева. За цим критерієм різниця між показниками є найбільшою. Тобто учні з сімей ВПО важко і болюче реагують на втрату зв'язків з однокласниками та друзями.

Аналіз цих результатів дає змогу виявити можливі фактори, які призводять до різниці у відчуттях потреби безпосередніх контактів з однокласниками між школярами ВПО та школярами загальноосвітніх шкіл Мукачева, а саме такі фактори: соціальний контекст, доступ до технічних засобів, психосоціальна підтримка, специфіка дистанційного навчання.

*Соціальний контекст.* Школярі ВПО переживають стрес і невизначеність через війну або причини внутрішнього переміщення, що призводить до високого рівня тривожності та до бажання зберегти соціальні зв'язки для підтримки у важких умовах. Для учнів шкіл Мукачева ситуація дистанційного спілкування не є нормальною, проте вона є менш напруженою порівняно з тими, хто переживає внутрішнє переміщення.

*Доступ до технічних засобів.* Учні ВПО мають більш обмежений доступ до технічних засобів для дистанційного навчання, що робить їхню ситуацію ще складнішою. Тому вони відчувають себе відірваними від класу та товаришів через технічні обмеження.

*Психосоціальна підтримка.* Учні ВПО більше прагнуть до підтримки та підтримки зв'язків через своє особливе становище, внаслідок чого втрата безпосередніх контактів може більше турбувати їх емоційно. У школярів Мукачева є постійна психосоціальна підтримка від родини, друзів чи шкільних працівників, що допомагає зменшити емоційний вплив втрати безпосередніх контактів.

*Специфіка дистанційного навчання.* Для учнів ВПО дистанційне навчання менш зручне через труднощі з доступом до ресурсів та нестабільність умов. Учні мукачівських шкіл більш адаптовані до нових умов та легше знаходять способи підтримки соціальних зв'язків, наприклад через віртуальні зустрічі.



Узагальнюючи, зазначимо, що вплив дистанційного навчання на соціальні зв'язки сильно залежить від індивідуальних та соціальних умов учнів. Аналіз цих умов допомагає уточнити причини різниці в результатах між двома групами вибірки досліджуваних.

Наступний факт опитування демонструє вагому різницю у показниках відповідей учнів із сімей ВПО та школярів мукачівських шкіл: відсутність безпосередніх контактів турбує, але ставляться до цього з розумінням 31,82% учні ВПО, 21,6% учнів мукачівських шкіл. Різниця в сприйнятті відсутності безпосередніх контактів учнями ВПО і учнями мукачівських шкіл визначається наступним. Учні ВПО мають менше реальних контактів через особливості свого становища (внутрішнє переміщення, можливі економічні труднощі тощо). Така ситуація призводить до вищого рівня толерантності або розуміння відсутності безпосередніх контактів у порівнянні із школярами, які не переживають таких труднощів. Школярі, які змінили місце проживання, відчули та перебороли багато труднощів, що детермінувало зміну їхніх особистих цінностей. Учні більше цінують та розуміють важливість соціальних зв'язків. Така усвідомленість приводить до того, що діти ставляться до відсутності безпосередніх контактів із більшим розумінням та терпінням. Отже, різниця у відсотках може відображати різницю в життєвих умовах та психологічних особливостях цих двох груп учнів, що робить це сприйняття важливим та вагомим.

Наступний результат опитування: безпосередніх контактів не вистачає, але ставляться до цього спокійно 40,91% школярів ВПО, 33,33% учнів мукачівських шкіл – також підтверджує зазначене вище. Учні ВПО розвинули вищий рівень психологічної резильєнтності, тобто здатність адаптуватися та справлятися з стресовими ситуаціями. Також це підтверджує, що старшокласники вже переосмислили свої цінності та пріоритети через пережиті труднощі, включаючи відсутність безпосередніх контактів. Вважаємо, це є підтвердженням і того, що молодь відчуває солідарність та єднання через переживання труднощів. Отже, різниця у сприйнятті цієї ситуації може бути результатом різноманітних

факторів, включаючи психологічну стійкість, соціальні обставини. Аналіз цих аспектів дає змогу краще зрозуміти, чому існує ця різниця в сприйнятті.

Значимою є і різниця у сприйнятті втрати безпосередніх контактів за критерієм «байдуже» різною частиною досліджуваної вибірки. Тобто ставляться до втрати безпосередніх контактів з друзями та однокласниками байдуже 4,55% школярів ВПО та 31,53% учнів мукачівських шкіл. Учні Закарпатського регіону не відчули реальну втрату безпосередніх контактів як більш значущу загрозу своєму соціальному життю тому, що збереглося їх соціальне оточення. Отже, різниця в сприйнятті відображає різні психосоціальні аспекти та досвід учнів, такі як стійкість до стресу, сприйняття соціальних норм, досвід переміщення та рівень соціальної підтримки в їхньому житті.

Значною частиною соціального життя є онлайн-спілкування. Для його підтримки потрібні спеціальні засоби. Опитані школярі мукачівських шкіл зазначили, що підтримують зв'язок зі своїми друзями та однокласниками: через мережу Інтернет – 42,61%; засобами телефонного зв'язку – 14,20%; не мають можливості підтримувати зв'язок – 2,84% (рис. 4.10).

Порівняння отриманих даних з відповідями, які дали діти ВПО, дає можливість стверджувати про наявність однакової тенденції незалежно від групи досліджуваної вибірки. Наведемо числові показники за критерієм спадання. Найбільше числове значення має відповідь «Підтримую зв'язок з друзями та однокласниками через мережу Інтернет»: учні ВПО – 65,38%, школярі Мукачева – 42,61%. Наступною за числовим значенням є відповідь «Підтримую зв'язок засобом телефонного зв'язку»: учні ВПО – 19,23%, школярі Мукачева – 14,2%. Найменшим числовим значенням характеризується відповідь «Немає можливості підтримувати зв'язок»: учні ВПО – 15,38%, школярі Мукачева – 2,84%. Очевидною є різниця у відповіді «Зустрічаємося»: учні ВПО – 0%, школярі Мукачева – 40,34%. Учні ВПО ще не завершили процес адаптації до нового соціального оточення: шість місяців недостатньо строк для того щоб знайти друзів як серед школярів мукачівських шкіл, так і серед інших дітей ВПО.

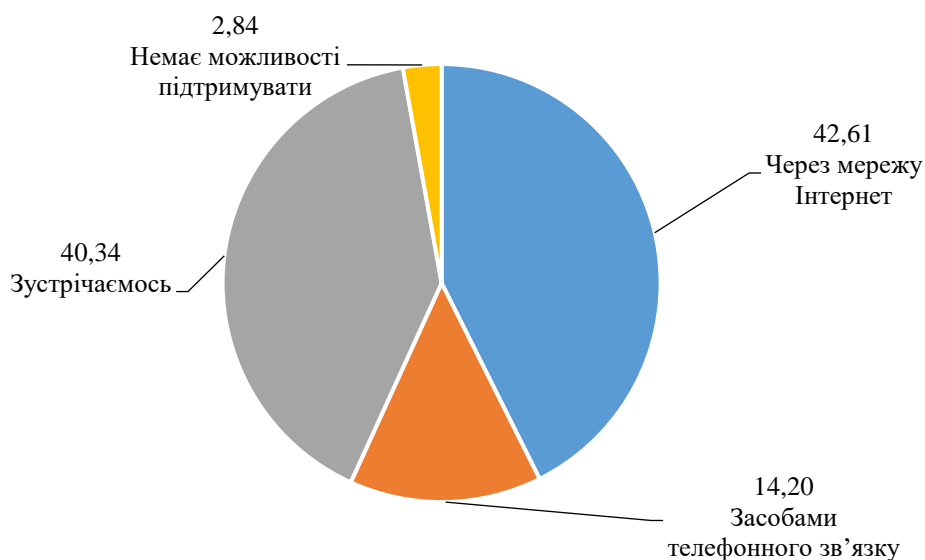


Рис. 4.10. Засоби підтримання контактів учнів мукачівських шкіл з однокласниками, %

#### 4.4. Юнацьке волонтерство в умовах воєнного стану

Волонтерський рух в умовах війни став важливою частиною життя кожного українця, включаючи дітей. Під час війни громадяни мають тенденцію об'єднуватися відчуттям солідарності та патріотизму. Волонтерські ініціативи дають змогу людям виявляти свою підтримку та спільно допомагати тим, хто цього потребує. Волонтерська діяльність також забезпечує психологічну підтримку, особливо для дітей, які можуть відчувати стрес та травматичні наслідки війни. Допомога в умовах війни повинна сприяти соціальній адаптації дітей, які втратили стабільність та звичний порядок речей через воєнні дії. Таким чином, волонтерство сприяє відновленню соціально-психологічної стабільності і всіх потребуючих, і всіх тих, хто займається такою діяльністю.

Опитувальник включав і запитання щодо надання учнями допомоги іншим. Діти із сімей ВПО відповіли таким чином (рис. 4.11):

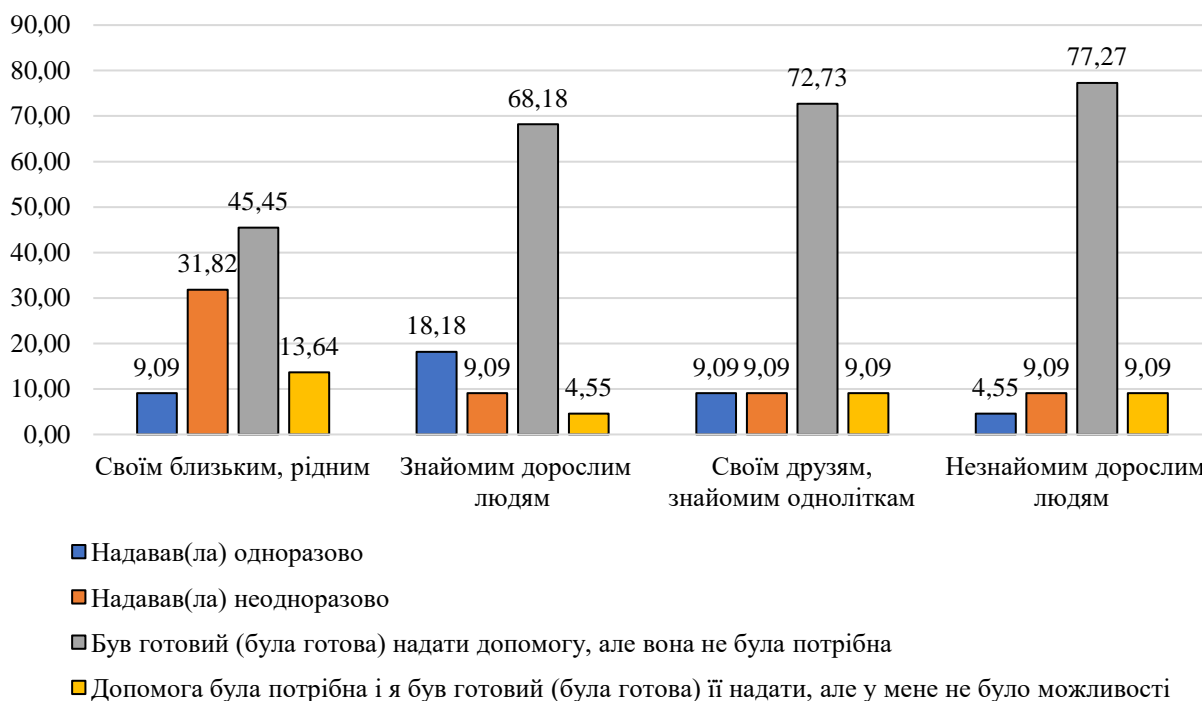
- Своїм близьким рідним надавали допомогу: одноразово – 9,09%; неодноразово – 31,82%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 45,45%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 13,64%.

- Знайомим дорослим: одноразово – 18,18%; неодноразово – 9,09%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 68,18%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 4,55%.

- Своїм друзям, знайомим одноліткам: одноразово – 9,09%; неодноразово – 9,09%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 72,73%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 9,09%.

- Незнайомим дорослим: одноразово – 4,55%; неодноразово – 9,09%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 77,27%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 9,09%.

Аналізуючи отримані результати, слід підкреслити, що надання допомоги іншим є важливим психолого-терапевтичним фактором для учнів, які здійснювали цей вид діяльності. Саме у цьому процесі вони і відволікалися від власних проблем, і краще адаптувалися до нового соціального оточення.



**Рис. 4.11. Надання дітьми-переселенцями допомоги іншим, %**

Щодо надання допомоги іншим учні мукачівських шкіл відповіли наступним чином (рис. 4.12):

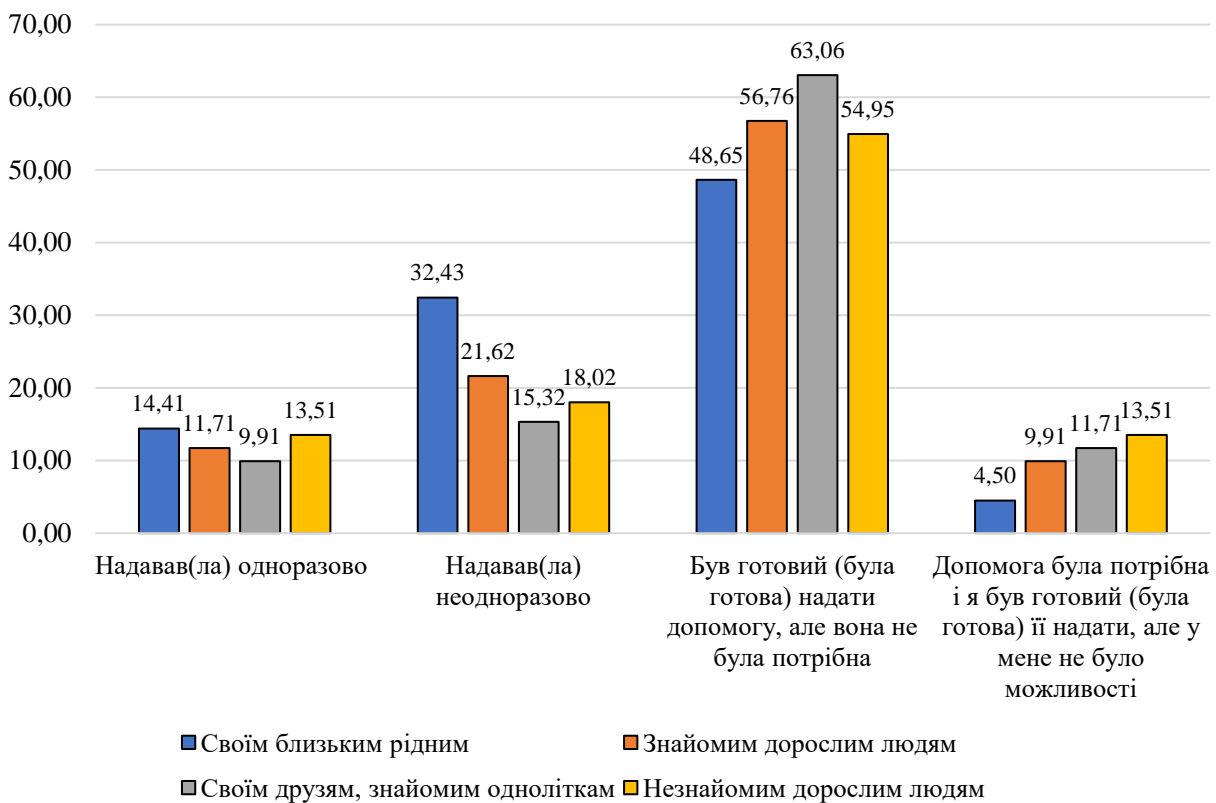
- Своїм близьким рідним надавали допомогу: одноразово – 14,41%; неодноразово – 32,43%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 48,65%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 4,5%.

- Знайомим дорослим: одноразово – 11,71%; неодноразово – 21,62%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 56,76%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 9,91%.

- Своїм друзям, знайомим одноліткам: одноразово – 9,91%; неодноразово – 15,32%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 63,06%; допомога була потрібна і були готові її надавати, але не було можливості – 11,71%.

- Незнайомим дорослим: одноразово – 13,51%; неодноразово – 18,02%; були готові надавати допомогу, але вона не була потрібна – 54,95%; допомога була потрібна були готові її надавати, але не було можливості – 13,51%.

Аналізуючи отримані результати, слід наголосити, що надання допомоги іншим є важливим фактором для старшокласників, який формує почуття єдності з іншими, розвиває емпатію, толерантність, співпереживання та допомагає краще зрозуміти всі труднощі війни.



**Рис. 4.12.** Надання учнями мукачівських шкіл допомоги іншим, %

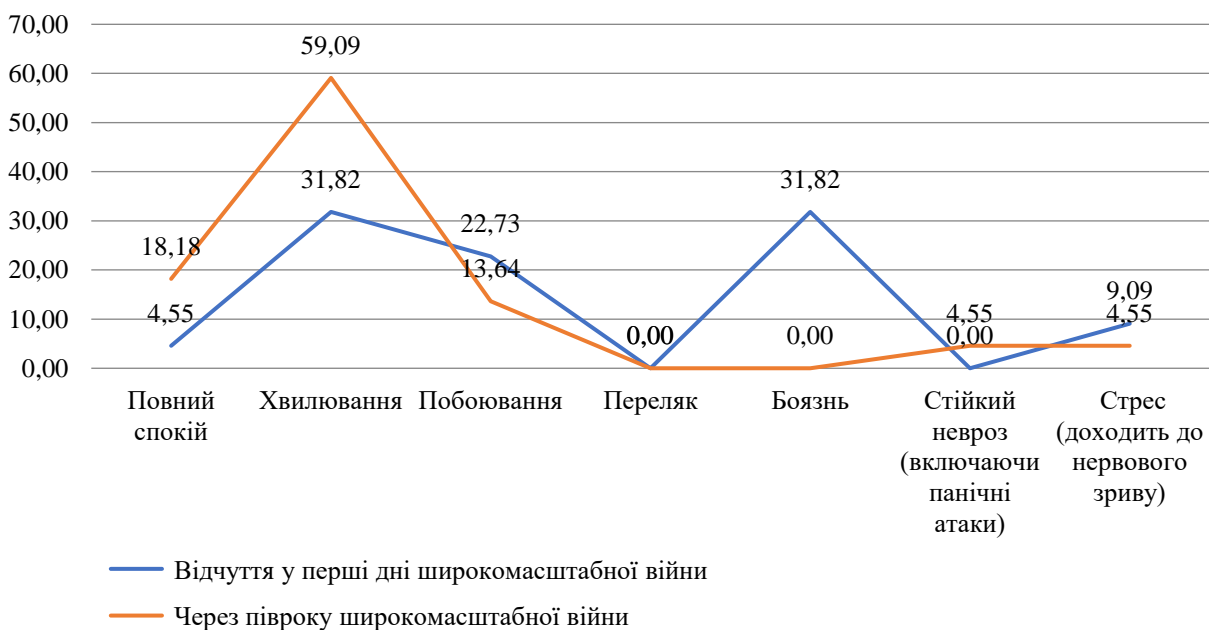
#### **4.5. Вплив війни на психологічне самопочуття старшокласників**

Війна, яку розпочала росія проти України, має серйозний негативний вплив на всіх українців, але особливо вразливою категорією є діти. Діти, особливо ті, що жили в зонах конфлікту або неподалік від них, стикнулися з травматичними подіями. Вони пережили обстріли, вибухи, руйнування, знищення домівок і шкіл, а також втрату рідних та друзів.

Це суттєво позначилося на їхньому психічному та емоційному стані. Війна часто призводить до зниження якості життя дітей. Їм може бракувати доступу до освіти, медичного обслуговування, адекватного житла та необхідних засобів для розвитку, що призводить до відставання у розвитку та обмеження можливостей для майбутнього. Старшокласники, які пережили страхи війни, часто відчують постійний стрес і тривожність, мають кошмари та проблеми зі сном, психосоматичні розлади та інші психічні проблеми. Це впливає на загальну якість життя і можливість навчатися та розвиватися.

Війна позбавила старшокласників можливості насолоджуватися нормальними радощами та забавами. Вони змушені рости в умовах, де переважає страх та небезпека, і їм доводиться надто рано стикатися з реальністю війни. Травматичний досвід війни залишає негативний слід на психіці навіть у дорослому віці. Вони відчують тривожність, депресію та посттравматичний стресовий розлад. Таким чином, війна серйозно впливає на дітей, які мають право на безпеку, захист і можливість нормального фізичного та психологічного розвитку. Підтримка та допомога дітям в умовах війни є важливою для забезпечення їхнього майбутнього та для побудови стабільної та мирної спільноти.

Важливою частиною проведеного соціологічного опитування стало з'ясування психоемоційного стану школярів із сімей вимушених переселенців, тобто дітей, які пережили жахіття війни. У час, коли діти дізналися про війну, констатовано наявність у них вагомих показників таких психоемоційних станів: «хвилювання» та «боязнь» – 31,82%; «побоювання» 22,73%; «стрес» – 9,09% (рис. 4.13).



**Рис. 4.13. Самооцінка школярами–вимушеними переселенцями відчуттів, детермінованих війною, %**

Ці вагомі показники вказують на негативний вплив на розвиток учнів. Хвилювання вказує на збудження та тривожність, які можуть супроводжувати дітей після відчуття загрози або небезпеки. Вони переживають постійний страх перед майбутніми подіями. Боязнь зумовлена конкретними аспектами війни, такими як бомбардування, втрата близьких або втрата житла. Вона виникає як реакція на реальну небезпеку та загрозу. Побоювання свідчить про наявний стан тривоги та невпевненості стосовно майбутнього. Діти стурбовано думають про те, як війна вплине на їхнє життя та життя їхніх рідних. Цей стан виникає через невизначеність, яка властива війні, а також через обставини, які не залежать від них. Стрес викликає різні фізіологічні та психологічні реакції у дітей, такі як підвищений пульс, тривога, роздратованість, труднощі зі сном та інші симптоми. Умови воєнного стану чинять значний тиск на дітей через загрозу фізичної небезпеки, розлучення з рідними, втрату буденності та звичного способу життя.

Ці психоемоційні стани є відповідями на серйозний стресор, яким є війна. Діти дуже чутливі до оточуючого середовища, і психоемоційний стан може вплинути на їх загальний розвиток і благополуччя. Важливо надавати підтримку цим дітям, надаючи можливість виявити свої почуття, надаючи їм безпечне середовище та доступ до психологічної допомоги. Це допоможе зменшити негативний вплив воєнного конфлікту на їхнє психоемоційне здоров'я і сприятиме їхньому відновленню після подій, пов'язаних із війною.

Після шести місяців повномасштабної війни відчуття у дітей змінилися. А саме, констатовано найвищі показники за наступними шкалами: «Хвилювання» (59,09%); «Повний спокій» (18,18%); «Побоювання» (13,64%); «Стійкий невроз» (4,55%); «Стрес» (4,55%). Такі результати вказують на серйозний вплив повномасштабної війни на психічний, психоемоційний стан школярів. Найвищі показники за шкалою «Хвилювання» – 59,09%. Це свідчить про те, що більшість дітей сильно хвилюються або відчувають тривожність через війну. Це включає страх, неспокій, нервозність і стурбованість щодо своєї безпеки та майбутнього. Інша частина дітей (13,64%) демонструють вияв страху та неспокою. Результати показників за шкалами «Стійкий невроз» та «Стрес» свідчать про те, що деякі



діти відчують більш серйозні психічні проблеми, такі як неврози, які потребують професійної психологічної підтримки. Повний спокій обирає лише невелика частина дітей (18,18%), що означає повну адаптацію школярів до нових умов, до нового соціального середовища, в якому вони відчують себе безпечно.

Отже, отримані дані свідчать про те, що війна негативно впливає на психоемоційний стан учнів і вимагає негайної уваги та підтримки з боку психологів, педагогів та батьків. Важливо надати дітям можливість висловлювати свої почуття, надавати їм підтримку та забезпечувати безпечну та стабільну атмосферу для відновлення їхнього психічного стану.

Цікаво порівняти зміну самовідчуттів на початку війни і через шість місяців активних воєнних дій. Констатовано такі зміни: збільшилися показники за шкалою «Хвилювання» (з 31,82 до 59,09%); знизилися показники за шкалою «Побоювання» (з 22,73 до 16,64%) та за шкалою «Боязнь» (з 31,82 до 0%).

Зниження показників за шкалами «Побоювання» та «Боязнь» свідчить про адаптацію дітей до нових обставин або оточення, про наявну психологічну підтримку, про призупинення конкретних загроз.

Збільшення показників за шкалою «Хвилювання» (з 31,82 до 59,09%) можна трактувати різними причинами. Ймовірно, це констатує про перерозподіл попередніх показників. Тобто побоювання та боязнь трансформувалися у хвилювання – можливо, внаслідок адаптації до умов воєнного стану.

Цей результат детермінований такими причинами. Діти, які пережили травматичні події внаслідок війни, продовжують відчувати стрес і хвилювання навіть після того, як вони переїхали в безпечний регіон. Травмуючий досвід сильно впливає на психологічний стан і адаптацію.

Школярі із сімей ВПО відчують невизначеність і невпевненість у майбутньому, навіть перебуваючи в безпечному регіоні. Страх можливого повернення війни також викликає зростання хвилювань. Учні зазнають труднощів у процесі соціальної адаптації в новому оточенні, що детермінує тривожність та хвилювання. У такій ситуації слід особливу увагу звернути на

медійний вплив. Адже інформація, яку отримують діти, поглиблює їхні страхи та хвилювання. Для точнішого розуміння цього явища корисно провести додаткові дослідження та спілкування з учнями та їхніми сім'ями.

Отримано цікавий результат за шкалою «Повний спокій», показник якої зріс з 4,55 до 18,18%. Це свідчить про те, що значна частина школярів із сімей вимушених переселенців адаптувалися до нових умов і стали відчувати більше спокою. Це є наслідком звичайного процесу адаптації до стресових ситуацій і невизначеності, а також вказує на важливість психологічної підтримки та інших ресурсів, які надаються дітям та їхнім сім'ям під час війни, що включає в себе психологічну підтримку від фахівців, програми реабілітації та спеціальні заходи для дітей. Отриманий результат також відображає і зміну загрози, з якою діти стикаються. Якщо під час війни певні загрози або небезпеки зменшуються або стають менш актуальними, це приводить до зростання відчуття спокою серед дітей. Загалом, збільшення показника «Повний спокій» свідчить про складну динаміку емоційного стану дітей в умовах війни і є ознакою як адаптації, так і впливу психологічної підтримки та зміни обставин.

Узагальнюючи, можемо констатувати, що загальною тенденцією є перерозподіл емоцій та відчуттів серед школярів у зв'язку із змінами у сприйнятті війни. Важливо продовжувати слідкувати за станом емоційного благополуччя дітей і надавати їм підтримку та допомогу в умовах важких життєвих обставин.

Розглянемо зміну показників за шкалою «Стрес». На початку війни даний показник був 9,09%, після шести місяців активних бойових дій він перерозподілився таким чином: «Стрес» – 4,55% та «Стійкий невроз» – 4,55%. Поняття «стрес» та «стійкий невроз» пов'язані, але вони мають різний характер і відображають різні стани психічного здоров'я.

Стрес є фізіологічною та психологічною реакцією на негативний чи надзвичайний подразник, такий як загроза, тиск, небезпека або зміни в оточуючому середовищі. Стрес може бути короткочасним (акутним) або тривалим (хронічним) і виникає в реакції на стресор (подразник). Ця реакція

може включати фізіологічні зміни, такі як підвищення серцевого ритму, підвищення тиску, виділення гормонів стресу, а також емоційні та психологічні зміни. Стрес є природною реакцією організму на стресори, і він може бути корисним, якщо активує систему готовності до реакції на небезпеку. Однак надмірний або тривалий стрес може викликати шкоду для здоров'я та викликати різні психічні і фізіологічні проблеми.

Стійкий невроз (або депресивний розлад) є психічним розладом, що характеризується тривалим відчуттям тривоги, пригніченням, апатією, безнадією та іншими симптомами. Цей розлад відрізняється від звичайного стресу тим, що триває протягом тривалого періоду часу – зазвичай два тижні і більше. Він також має виражені симптоми, які впливають на функціонування особи в щоденному житті. Стійкий невроз може виникнути після тривалого або інтенсивного стресу, але він вказує на більш серйозний психічний розлад, який потребує професійної допомоги, такої як психотерапія чи медикаментозне лікування.

Отже, стрес є природною реакцією на стресори, тоді як стійкий невроз є психічним розладом, який може виникнути в результаті тривалого стресу. Боротьба зі стресом – це індивідуальний процес, і важливо приділяти увагу своєму фізичному та психічному благополуччю. Заняття спортом, ходьбою, плаванням або будь-якою іншою фізичною діяльністю позитивно впливає на психічний стан. Для боротьби зі стресом під час воєнного стану фізичні навантаження можуть бути корисними з таких причин: відволікання від негативних думок, зниження рівня адреналіну, покращення сну, формування відчуття контролю.

*Відволікання від негативних думок.* Виконання фізичних вправ вимагає концентрації і уваги. Це може допомогти відвернути увагу від негативних думок та переживань, що часто супроводжують стресові ситуації.

*Зниження рівня адреналіну.* Під час стресових ситуацій організм може виділяти більше адреналіну, що підвищує стан напруженості і тривожності.

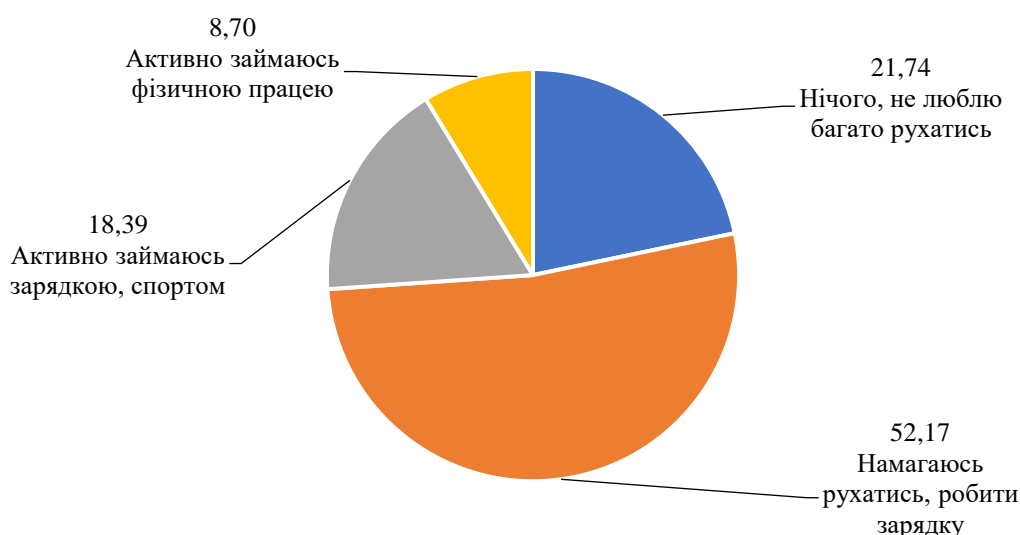
Фізична активність допомагає знизити рівень адреналіну, заспокоюючи нервову систему.

*Покращення сну.* Стрес може вплинути на якість сну, і недостатньо якісний сон може погіршити стресовий стан. Регулярні фізичні вправи можуть сприяти покращенню сну, що, в свою чергу, допомагає зменшити стрес.

*Формування відчуття контролю.* В умовах воєнного стану багато речей може бути поза контролем людини. Фізична активність дозволяє керувати своїм тілом і діями, що може зміцнити відчуття контролю та самостійності.

Таким чином, фізичні навантаження можуть бути ефективним способом зменшення стресу під час воєнного стану, допомагаючи поліпшити фізичне та емоційне благополуччя.

На запитання щодо використання школярами фізичного навантаження у боротьбі зі стресом, детермінованим війною, школярі відповіли таким чином: 52,17% зазначили, що намагаються рухатися, робити зарядку; 21,74% – нічого не роблять, не люблять багато рухатися; 17,39% – активно займаються зарядкою, спортом; 8,7% – активно займаються фізичною працею (рис. 4.14).



**Рис. 4.14. Використання фізичного навантаження дітьми ВПО для боротьби зі стресом, %**

Отримані результати соціологічного опитування школярів із сімей вимушених переселенців вказують на різноманітні підходи школярів до

використання фізичного навантаження у боротьбі зі стресом, спричиненим війною.

52,17% зазначили, що намагаються рухатися, робити зарядку. Ця група школярів активно обирає фізичну активність як спосіб подолання стресу. Вони вважають зарядку або руханку частиною свого щоденного ритму, що допомагає їм зберігати фізичне та емоційне здоров'я.

21,74% – нічого не роблять, не люблять багато рухатися. Ця частина учнів не відчуває потреби у фізичному навантаженні або просто не цікавиться активними видами діяльності. Важливо враховувати, що кожна людина має свої унікальні способи управління стресом, і фізична активність не є обов'язковою для всіх.

18,39% – активно займаються зарядкою, спортом. Ця група школярів цілеспрямовано обирає фізичну активність як засіб подолання стресу. Вони зацікавлені в спорті або інших видах фізичних занять і витрачають на це значний час. Для них це може бути ефективним способом поліпшити своє фізичне та психічне здоров'я.

8,7% – активно займаються фізичною роботою. Ця нечисленна частина учнів сприймає фізичну працю як спосіб розслабитися та витратити енергію. Фізична робота є ефективним способом відволіктися від стресу та справлятися з ним.

Важливо пам'ятати, що реакція на стрес є індивідуальною, і не існує універсального підходу для всіх. Інтерпретація цих результатів дає змогу зрозуміти, як допомогти школярам із сімей ВПО впоратися зі стресом шляхом підтримки тих методів, які вони вже використовують, і пропонування альтернативних способів, які вони можуть спробувати.

Фізичне та психічне здоров'я взаємопов'язані і впливають одне на одного, а тому стрес може значно впливати як на фізичне, так і на психічне здоров'я. Сильний стрес може призвести до фізичних проблем, таких як серцеві захворювання, високий кров'яний тиск тощо. Також стрес може призвести до психічних проблем, таких як депресія, тривожність і психосоматичні розлади.

На запитання щодо самооцінки власного здоров'я школярі зазначають таке: 78,26% вважають, що стан здоров'я в цілому не змінився; 17,39% – стан здоров'я трохи погіршився; 4,35% – стан здоров'я сильно погіршився (табл. 4.1).

Очевидно, що причиною погіршення стану здоров'я є стрес або зміни в оточенні і життєвих умовах, детерміновані вимушеним переселенням. Психологічний стрес та нестабільність впливають на фізичне здоров'я. Причини погіршення фізичного здоров'я включають в себе: вплив війни та переселення; різні реакції на стрес; якість доступної медичної допомоги та соціальної підтримки для сімей вимушених переселенців.

*Таблиця 4.1.*

### **Самооцінка здоров'я школярами із сімей ВПО за час війни**

<b>Стан здоров'я</b>	<b>%</b>
Покращився	0,00
В цілому не змінився	78,26
Трохи погіршився	17,39
Сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться	4,35
Сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться	0,00

Узагальнюючи, слід підкреслити, що психологічне самопочуття школярів ВПО в період воєнного стану є складною і важливою проблемою. Вплив війни та переміщення на психічне здоров'я дітей може бути серйозним і тривалим. Діти, які стали свідками війни, мають фізичні і психічні травми, що включають в себе травмування, втрату рідних, власні страхи і шок. Ці травми залишають психологічні наслідки, такі як посттравматичний стресовий розлад. Переміщення сімей призводить до втрати стабільності і повсякденності в житті дітей. Діти втрачають друзів і підтримку рідних, це впливає на їхню самооцінку і соціальне самопочуття. Війна призвела і до перерви в навчанні та втрати можливості доступу до освіти. Це сильно впливає на майбутню академічну і професійну кар'єру учнів.

Діти ВПО відчувають тривожність, страх, депресію і відчуття безпорадності. Ці емоційні стани є фактором погіршення їхнього загального стану і якості життя. Для школярів ВПО важливо отримувати психологічну

підтримку та консультування для допомоги їм у подоланні травм та стресу, покращенні психологічного самопочуття та адаптації до нових умов.

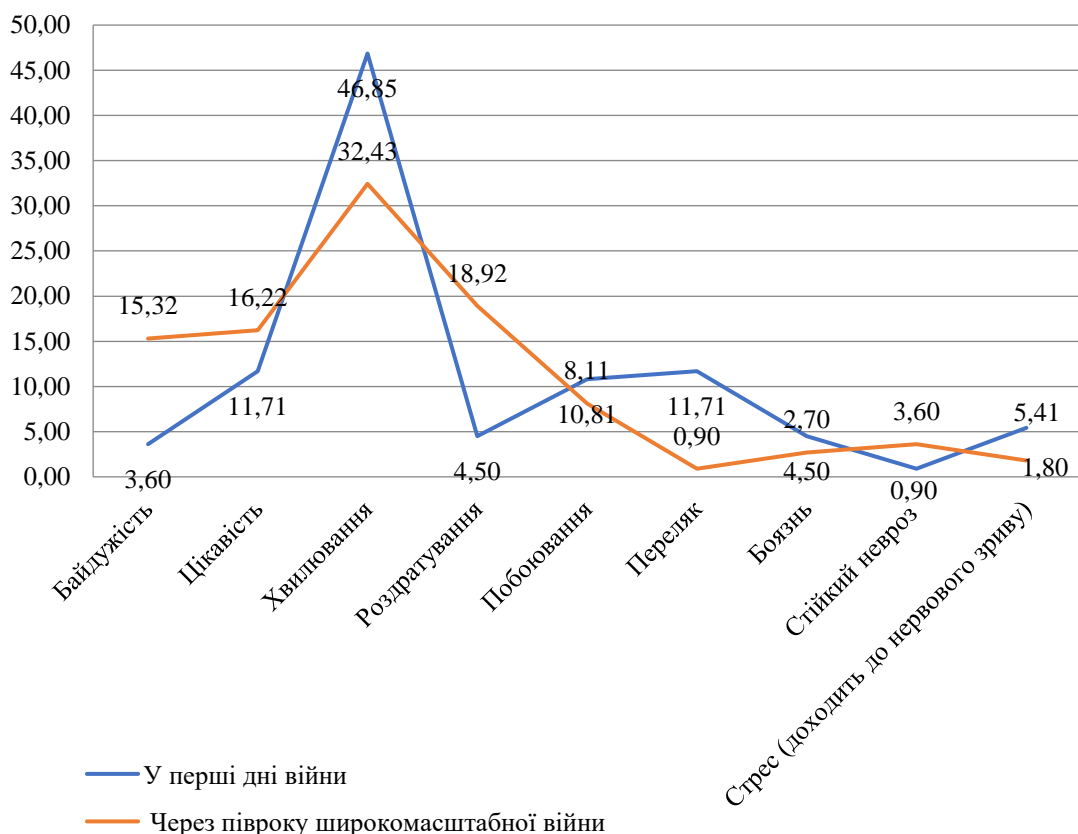
Життя в умовах війни суттєво впливає на психічне здоров'я жителів і Закарпаття також. Закарпаття є безпечним регіоном в Україні під час війни. Проте жителі цього краю також переживають детерміновані воєнними діями сильні хвилювання, стрес та неврози. Різні психосоматичні розлади відчувають і діти, особливо старшокласники. Випускники загальноосвітніх шкіл тривожаться і за наслідки війни і за невизначеність власного майбутнього. Дослідження стану здоров'я та самопочуття старшокласників Закарпаття є важливим та актуальним. Проведено багато досліджень щодо самопочуття вимушених переселенців, – сімей, які зазнали багато труднощів, горя, бачили жахіття війни. Поза увагою дослідників залишилися сім'ї та діти, які проживають у безпечних регіонах, але також потерпають від наслідків війни.

Тому частиною досліджуваної вибірки нашого опитування були старшокласники шкіл Мукачева. Школярі переживають емоційне навантаження через побоювання за власну безпеку, за близьких та за власне майбутнє. Психосоматичні розлади виявляються в різних формах, таких як головні болі, проблеми зі сном, апетит та інші фізичні симптоми, пов'язані з емоційним стресом. Відчуття стресу посилюється саме у старшокласників, бо вони гостро відчувають тривогу через невизначеність щодо свого майбутнього та подальшого життя.

Війна викликає і соціальні втрати, такі як втрата рідних та близьких. Це також відображається на психічному стані та фізичному здоров'ї дорослих та дітей. Результати проведеного опитування можуть слугувати підставою для розроблення та впровадження програм психологічної підтримки для випускників шкіл, спрямованих на зменшення психосоматичних розладів та поліпшення їхнього стану здоров'я. Аналіз відповідей респондентів допоможе не лише визначити конкретні проблеми, з якими стикаються випускники, але і спрямувати ресурси та підтримку для подолання цих труднощів у важливий період їхнього життя. Соціологічне опитування діагностувало ступінь вияву

психоемоційного стану школярів в час, коли діти дізналися про війну, і через шість місяців активних бойових дій.

Респонденти зазначили, що перший емоційний шок початку широкомасштабної війни детермінував вияв у них таких психоемоційних станів: «хвилювання» – 46,85%, «переляк» та «зацікавленість» – по 11,71%, «побоювання» – 10,81%, «стрес» – 5,41% (рис. 4.15).



**Рис. 4.15. Самооцінка старшокласниками (із безпечного регіону) відчуттів детермінованих війною**

Значна частина старшокласників (46,85%) відчула хвилювання, що свідчить про високий рівень емоційної реакції та неспокою. Ймовірно, це пов'язано з невизначеністю та загрозою, яку несе війна.

Цікавими є результати за шкалами «Переляк» та «Зацікавленість» – по 11,71%. Такі емоції вказують на суміш страху і цікавості щодо того, що відбувається. Знання та усвідомлення ситуації детермінує суперечливі емоційні реакції.



10,81% опитаних зазначили, що відчували побоювання. Це свідчить про те, що деякі старшокласники мали певний рівень тривоги та страху щодо майбутніх подій і їхнього впливу на власне життя.

На вияв стресу вказали 5,41% респондентів. Хоча цей показник нижчий, стрес все ще виявляється в емоційному стані певної частини учасників опитування.

Узагальнюючи, вкажемо на значний вплив війни на психоемоційний стан старшокласників. Ймовірно, це матиме подальші наслідки для їхнього навчання, соціальних відносин та загального благополуччя.

Порівняємо результати, отримані на основі опитування школярів – вимушених переселенців та школярів мукачівських шкіл. Отримано такі результати щодо часу, коли учні дізналися про широкомасштабну війну:

- у старшокласників із сімей вимушених переселенців констатовано наявність вагомих показників таких психоемоційних станів як «хвилювання» та «боязнь» (по 31,82%), «побоювання» (22,73%), «стрес» (9,09%);

- у старшокласників мукачівських шкіл констатовано наявність вагомих показників таких психоемоційних станів як «хвилювання» (46,85%), «переляк» та «зацікавленість» (по 11,71%), «побоювання» (10,81%), «стрес» (5,41%).

Підсумовуючи, зазначимо, що за шкалою «Хвилювання» показник вищий саме в учнів мукачівських шкіл. За шкалою «Побоювання» та «Стрес» більш високі показники у школярів із сімей ВПО. Учні–вимушені переселенці демонструють і наявність істотних показників за шкалами «Хвилювання» та «Боязнь», а учні мукачівських шкіл – «Переляк» та «Зацікавленість».

Щодо шкали «Хвилювання» доведено, що учні мукачівських шкіл демонструють вищий рівень цього психоемоційного стану порівняно з учнями ВПО. Це пов'язано з тим, що діти з безпечного регіону, вперше дізнавшись про війну, реагують на новини інакше, ніж ті, хто вже пережив важкі події війни.

Діти з безпечного регіону переживали велике здивування та шок при перших новинах про війну. Вони були не підготовлені до такої жорстокої війни та можливих наслідків. У зв'язку з цим їхня реакція на новини є більш емоційною

та інтенсивною. Учні мукачівських шкіл на початку війни не мали особистого досвіду втрат та травм, який набули діти, що пережили вимушене переселення. Тобто діагностовано явище цікавого психологічного феномену: відсутність безпосереднього контакту з важкими наслідками війни робить реакцію на війну більш інтенсивною, бо це новий і стресовий елемент досвіду дитини.

Щодо показників за шкалами «Побоювання» та «Стрес» виявляється, що вимушені переселенці мають більші вагомні показники порівняно із школярами мукачівських шкіл. Це свідчить про те, що діти ВПО відчувають більше тривоги та стресу через пережиті труднощі та невизначеність свого життя. Вимушені переселенці пережили втрату попереднього оточення, дому, школи та друзів. Цей травматичний досвід викликає у них страх, тривогу та стрес. Невизначеність щодо майбутнього підсилює ці емоції. Діти, які стали вимушеними переселенцями, відчувають втрату свого рідного середовища, що детермінує глибокі емоційні реакції; побоювання та стрес.

Вимушені переселенці стикаються з викликами соціальної інтеграції в новому місці. Соціальна ізоляція та відчуття відчуження призводять до підвищеної тривоги та стресу. Це стосується школярів, які мають труднощі у встановленні нових соціальних зв'язків. Травматичні події, такі як війна і переселення, впливають на психологічний розвиток дітей, роблячи їх більш вразливими до стресу. Діти демонструють, що не вміють виробляти стратегії копіngu у вирішенні стресових ситуацій. Ці фактори, поєднані з іншими особистими та соціальними обставинами, і визначають високий рівень побоювання та стресу серед вимушених переселенців. Особливості кожної конкретної ситуації та індивідуальні реакції можуть варіюватися, і, відповідно, важливо здійснювати індивідуальний підхід до психологічної підтримки цих дітей

Щодо учнів – ВПО, які демонструють високі показники за шкалами «Хвилювання» та «Боязнь», зазначимо, що це свідчить про їхню схильність до емоційного збудження та страху. Саме це є результатом травматичного досвіду втрати домівки, стабільності та звичного середовища. Хвилювання відображає

загальний невизначений стан, який супроводжує переселення та нестабільність. Боязнь впливає з непевненості у майбутньому та тривожних очікувань.

Учні мукачівських шкіл, які демонструють високі показники за шкалами «Переляк» та «Зацікавленість», переживають особливий вид емоційної реакції. Переляк свідчить про більш серйозний, глибокий страх, який виникає внаслідок психологічних аспектів війни. Зацікавленість вказує на те, що ці учні націлені на розуміння та осмислення оточуючого світу, можливо, як на спосіб подолання стресу або невизначеності.

Після шести місяців повномасштабної війни відчуття у дітей із безпечного регіону змінилися також. А саме констатовано найвищі показники за такими шкалами: «Хвилювання» (32,43%); «Роздратування» (18,92%); «Зацікавленість» (16,22%); «Байдужість» (15,32%). Ці результати вказують на серйозний вплив повномасштабної війни на психоемоційний стан школярів. Найвищими є показники за шкалою «Хвилювання» (59,09%) (рис. 4.15). Отримані кількісні показники вказують на значимий вплив повномасштабної війни на психоемоційний стан старшокласників, які проживають у безпечному регіоні.

Показник за шкалою «Хвилювання» демонструє третина опитаних. Ймовірно, це свідчить про загальний страх, тривогу та невизначеність, пов'язані з війною.

Майже п'ята частина опитаних відчуває роздратування, що може бути результатом стресу, непевності та невдоволення ситуацією в регіоні.

Зацікавленість може бути проявом втрати інтересу до навчання або інших справ, які раніше були важливими для старшокласників. Це вказує на загальний негативний вплив війни на їхні інтереси.

Показник за шкалою «Байдужість» свідчить про відсутність реакції або дуже слабку реакцію на події, що може бути ознакою емоційного виснаження чи втрати інтересу до оточуючого світу.

Загалом, найвищі показники за шкалою «Хвилювання» підкреслюють особливу тривожність та напругу серед старшокласників, що зумовлено війною

та її наслідками. Важливо наголосити, що цей показник після шести місяців зменшився, але залишився найвищим.

Порівняння показників психоемоційних станів у дітей-переселенців та дітей із безпечного регіону дає змогу виокремити такі тенденції: у дітей ВПО після шести місяців проживання у безпечному регіоні хвилювання зростає; у школярів мукачівських шкіл хвилювання зменшується.

Діти ВПО після шести місяців у безпечному регіоні демонструють зростання хвилювання. Цей результат пов'язуємо з адаптацією до нового оточення, зміни соціального середовища та невизначеності щодо майбутнього. Тобто діти хвилюються, що війна може прийти і в цей безпечний регіон, де вони проживають тепер.

Школярі мукачівських шкіл показують зменшення хвилювання, оскільки вони можуть переживати звикання.

Враховуючи цю різницю, слід припустити, що діти ВПО, які прибули в безпечний регіон, потребують більш індивідуалізованої психологічної підтримки та адаптації. З іншого боку, школярі з безпечного регіону вже відчують полегшення через зменшення загального стресу та адаптації.

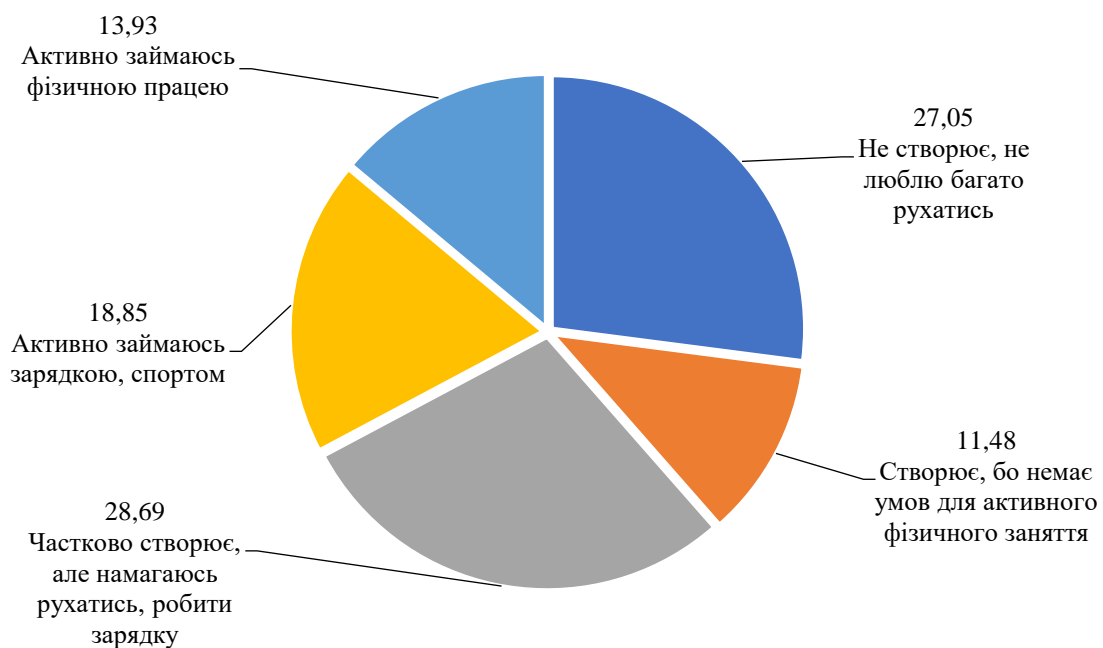
Узагальнюючи зміни у показниках психоемоційних станів залежно від групи учнів (із сімей ВПО або із безпечного регіону) та відповідно до часу діагностування (початок війни та після шести місяців), доцільно вказати на їх психологічні причини, а саме:

1. Відмінності в пережитому травматичному досвіді. Вимушені переселенці переживають травматичні обставини, пов'язані з втратою домівки та переселенням, що викликає хвилювання та боязнь. Учні мукачівських шкіл більше акцентують увагу на психологічних аспектах війни, що призводить до переляку та розвинення зацікавленості в подоланні цих емоцій.

2. Різниця в підходах до стресових ситуацій. Діти реагують на стресові ситуації у різні способи залежно від свого внутрішнього світу, особистих ресурсів та соціального оточення.

3. Стосунки та підтримка. Стосунки та рівень соціальної підтримки впливають на те, як учні реагують на стресові ситуації. Ті, хто має сильні соціальні зв'язки та підтримку, більш зацікавлені та активні в розв'язанні проблем, тоді як ті, хто відчуває соціальну ізоляцію, більше схильні до переляку.

Як вже зазначалося, фізичні навантаження, заняття спортом є важливим механізмом у боротьбі зі стресом і під час воєнного стану також. Заняття спортом покращує і психічне здоров'я загалом. Однак у разі постійної напруги і воєнного стану важко знайти мотивацію для фізичних вправ. На запитання щодо використання школярами фізичного навантаження опитувані мукачівських шкіл відповіли таким чином: 28,69% зазначили, що намагаються рухатися, робити зарядку; 27,05% – нічого не роблять, не люблять багато рухатися; 18,85% – активно займаються зарядкою, спортом; 13,93% – активно займаються фізичною працею; 11,48% – зазначають, що не мають умов для активного фізичного заняття (рис. 4.16).



**Рис. 4.16. Використання фізичного навантаження учнями мукачівських шкіл для боротьби зі стресом в умовах воєнного стану, %**

Порівняння отриманих результатів на двох вибірках демонструє однакову тенденцію у всіх респондентів. Від найбільшого до найменшого значення маємо такий ланцюг показників: намагаюсь рухатися, робити зарядку; нічого не роблю,

не люблю багато рухатися; активно займаюся зарядкою, спортом; активно займаюся фізичною працею. Це доводить наявність загальної тенденції ставлення школярів до фізичної активності в умовах стресу та воєнного стану. Доцільно розглянути дані показники більш ретельно.

*Намагаюся рухатися, робити зарядку.* Цей показник вказує, що навіть в умовах стресу та неспокою школярі виявляють інтерес і бажання залишатися фізично активними, що є спробою взяти паузу від стресових ситуацій через фізичну активність.

*Нічого не роблю, не люблю багато рухатися.* Це доводить відсутність бажання чи можливості для фізичної активності у досліджуваних і пов'язано зі ступенем стресу та тривожності, який ускладнює виконання будь-яких дій.

*Активно займаюся зарядкою, спортом.* Тут вибірка показує, що є група школярів, які, незважаючи на обставини, активно займаються фізичною активністю. Таке явище детерміноване позитивним ставленням до спорту або спонуканням оточення до здорового способу життя.

*Активно займаюся фізичною працею.* Показник вказує, що є учні, які вдаються до фізичної праці як способу боротьби зі стресом. Праця слугує засобом вивільнення накопиченої енергії та стресу.

Узагальнюючи, наголосимо, що виявлено загальну тенденцію: незважаючи на обставини, багато школярів виявляють інтерес і бажання залишатися фізично активними. Однак існують і ті, хто може відчувати важкість у здійсненні фізичної активності, що може бути пов'язано з високим рівнем стресу чи іншими чинниками.

На запитання щодо самооцінки власного здоров'я школярі із безпечного регіону зазначають таке: 55,37% вважають, що стан здоров'я в цілому не змінився; 40,50% вважають, що стан здоров'я трохи погіршився (12,40% – погіршився фізично, 28,10% – погіршився психічно); 4,14% – стан здоров'я сильно погіршився (табл. 4.2).

### Самооцінка здоров'я школярами мукачівських шкіл за період перебування в умовах воєнного стану

Стан здоров'я	%
В цілому не змінився	55,37
Трохи погіршився фізично	12,40
Трохи погіршився психічно	28,10
Сильно погіршився фізично	0,83
Сильно погіршився психічно	3,31

Отримані результати засвідчують, що діти, які проживають у безпечному регіоні, відчують погіршення свого здоров'я, особливо психічного. Порівняємо ці показники з результатами, які отримано при опитуванні старшокласників із сімей вимушених переселенців.

Найвищі числові показники надали старшокласники (і із сімей ВПО, і учні шкіл Мукачева) за критерієм «стан здоров'я в цілому не змінився» (відповідно 78,26 та 55,37%). Сильно різняться показники за критерієм «стан здоров'я трохи погіршився»: 17,39% – учні ВПО; 40,50% – учні шкіл Мукачева.

Особливо тривожним є показник, що 28,10% опитаних із безпечного регіону вважають, що стан здоров'я погіршився психічно. Учні, які проживають у безпечному регіоні, більше звертають уваги на свій стан здоров'я через відчуття безпеки та стабільності. Проте, можливо, вони більш чутливі до оточуючого середовища та ставлення до них.

Підсумовуючи, наголосимо, що здоров'я та добробут дітей в умовах війни і переміщення є важливими завданнями для суспільства та влади. Запровадження психологічних програм, розвиток безпечних середовищ для дітей і надання доступу до освіти та психологічної допомоги є кроками, які можуть сприяти поліпшенню психологічного самопочуття школярів і допомогти їм впоратися зі стресом та травмами, які вони переживають.

#### 4.6. Особливості навчання учнів загальноосвітніх шкіл в умовах війни

Війна детермінувала перехід освітніх установ до дистанційного або змішаного навчання. Українські науковці констатують, що «проблема

організації змішаного навчання не є новою для педагогічної науки загалом та в контексті реалізації освітнього простору в закладах середньої освіти зокрема. В умовах воєнного стану актуалізується вивчення питань щодо обґрунтованості доцільності застосування в освітньому процесі закладу середньої освіти новітніх методологічних підходів, моделей, технологій, форм організації, методів, прийомів і засобів змішаного навчання, пов'язаних із імплементацією основних положень компетентісно орієнтованої освіти під впливом непередбачуваних глобальних впливів. Ключовим завданням організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти в умовах воєнного стану та в повоєнний період є мінімізація освітніх втрат учнів як центральних суб'єктів здобуття освіти. Саме змішане навчання розуміємо як форму організації освітнього процесу, яка гармонійно поєднує наявний досвід провадження освітнього процесу в класичному форматі та досягнень сучасної педагогічної науки щодо здійснення освітнього процесу в дистанційному форматі, що спрямовується на підтримання належного рівня надання освітніх послуг здобувачам освіти» [11, с. 71]. Проведене соціологічне опитування вивчало особливості реалізації дистанційного, змішаного навчання для учнів загальноосвітніх шкіл в умовах воєнного стану.

«У службі освітнього омбудсмена провели аналіз отриманих результатів [4]. Однією з основних проблем респонденти називають освітні втрати. Учні, які перебували в зонах бойових дій, на окупованих територіях, були повністю позбавлені доступу до навчального процесу. Здобувачі часто пропускали заняття через повітряні тривоги, відключення електроенергії, відсутність Інтернету та мобільного зв'язку внаслідок обстрілів. 11% батьків вказали, що багатьом школярам, які навчаються за дистанційною або змішаною формою навчання, бракує гаджетів для навчання та належного робочого місця вдома. 85% батьків зауважили, що прогалини у знаннях дітей матимуть негативний вплив на їхню подальшу освіту. Тому 72% батьків наголошують на тому, що необхідно впроваджувати програми з надолуження освітніх втрат» [25, с. 15]. Також необхідно навести і такі результати: «85% батьків зауважили, що прогалини у



знаннях дітей матимуть негативний вплив на їхню освіту та майбутнє. Тому слід впроваджувати програми з надолуження освітніх втрат, про що наголошують 72% батьків» [4].

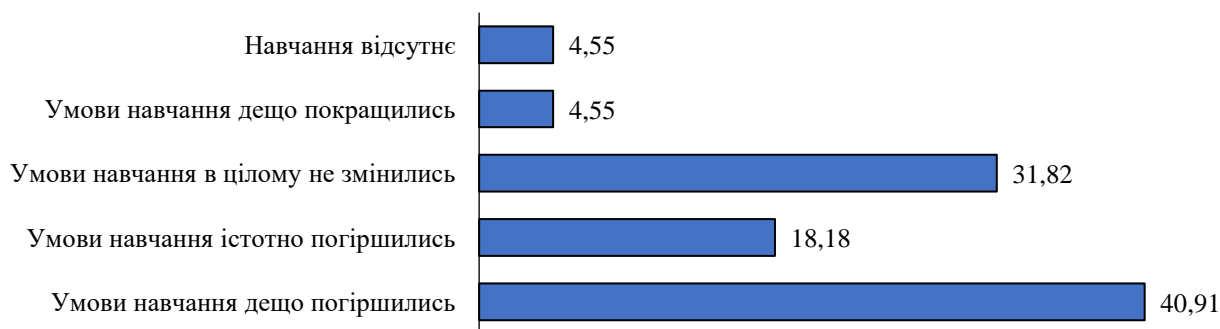
Війна змінила життя всіх українців. Багато громадян були вимушені залишити свої домівки, комфортні умови проживання. Окрім побутових проблем діти стикнулися з труднощами у навчанні: нова школа, нові вимоги, нове соціальне середовище, неможливість мати своє зручне місце для навчання. У проведеному соціологічному опитуванні щодо особливостей навчання в умовах воєнного стану основними респондентами були старшокласники, оскільки їх етап навчання є вагомим. Слід наголосити, що «організація освітнього процесу в старшій школі передбачає створення індивідуального освітнього простору на засадах компетентнісного підходу та персоналізації» [1, с. 113]. Виконати це завдання в умовах воєнного дистанційного формату складно. Тому результати опитування старшокласників є важливими та актуальними.

Опитування допомогло отримати інсайти щодо їхніх потреб та проблем у навчанні під час війни. Мета опитування – зрозуміти, які аспекти навчального процесу потребують найбільшої уваги та підтримки. Опитування діагностує, як війна впливає на психологічні особливості сприйняття навчального змісту учнями у процесі дистанційного навчання. В емпіричному дослідженні ми враховували психосоціальні аспекти, оскільки діти із сімей ВПО страждають від стресу, тривоги та інших психологічних труднощів під час війни. Результати опитування виокремлюють конкретні труднощі, з якими стикаються діти ВПО у процесі навчання, такі як доступ до освіти, якість навчальних матеріалів, соціальні служби тощо.

Соціологічне опитування виконувало ще одну важливу функцію – воно надавало можливість самим учням висловити свої думки, почуття, емоції, побажання і проблеми. Це сприяє їхній самовизначеності та допомагає створити навчальні умови, що враховують їхні індивідуальні потреби. Отже, врахування особливостей навчання в умовах воєнного стану важливе не тільки для

поліпшення освіти дітей, але і для створення майбутніх можливостей для їхнього соціального та особистісного розвитку в умовах війни та після її завершення.

На запитання «Як вплинули умови воєнного стану на Ваше навчання в цілому?» школярі зазначили таке: 40,91% вважають, що умови навчання дещо погіршилися; 18,18% – умови навчання істотно погіршилися; 31,82% – умови навчання в цілому не змінилися; 4,55% – умови навчання дещо покращилися; 4,55% – навчання відсутнє (рис. 4.17).



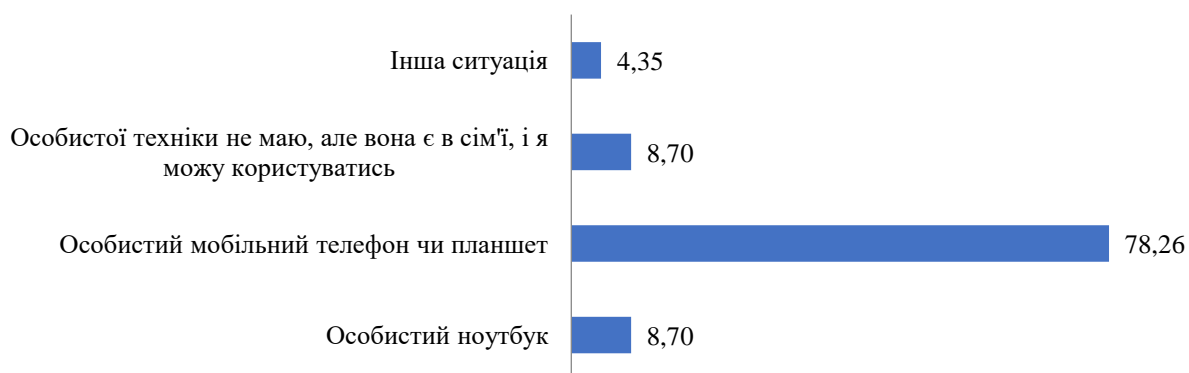
**Рис. 4.17.** Оцінка учнями ВПО впливу умов воєнного стану на навчальний процес, %

Дистанційне навчання у перші місяці війни було важливим заходом. У воєнний час, особливо коли мали місце активні бойові дії або існувала загроза агресії, шкільні приміщення могли стати небезпечними для дітей. Дистанційне навчання дало змогу уникнути ризику фізичного поранення чи травмування. Для участі у дистанційному навчанні учням потрібні технічні засоби, такі як комп'ютери, смартфони, планшети, інтернет-з'єднання та програмне забезпечення для відеоконференцій та доступу до навчальних матеріалів. Це необхідно для отримання якісної освіти в умовах дистанційного навчання. Щоб забезпечити навчання вдома, школярі повинні мати доступ до цифрових навчальних ресурсів, електронних підручників, відеоуроків тощо. Це сприяє отриманню якісної освіти, навіть у віддаленому режимі.

Дистанційне навчання дає змогу дітям спілкуватися з учителями та однокласниками через відеоконференції та електронні платформи. Це важливо для підтримки їх соціального розвитку та психологічного стану, а також для збереження взаємодії та відчуття приналежності до шкільної спільноти.

Зважаючи на ці обставини, важливо забезпечити технічну інфраструктуру та доступ до неї для учнів, щоб забезпечити їм можливість продовжувати навчання навіть в умовах війни та карантину.

На запитання «Яка Ваша технічна оснащеність для участі в дистанційному навчанні?» школярі вказали: 78,26% мають особистий телефон чи планшет; 8,7% мають особистий ноутбук; 8,7% особистої техніки не мають, але вона є в сім'ї, і вони можуть нею користуватися (рис. 4.18).



**Рис. 4.18. Технічна оснащеність школярів ВПО для участі в дистанційному навчанні, %**

Показники технічної оснащеності учнів із сімей ВПО свідчать про деякі важливі та тривожні аспекти. А саме:

- більшість учнів користуються лише телефонами. Із загальної кількості учнів тільки близько 8,7% мають доступ до ноутбуків, що може обмежити їхні можливості для дистанційного навчання. Використання лише телефонів є менш зручним для виконання домашніх завдань та інтерактивних уроків;

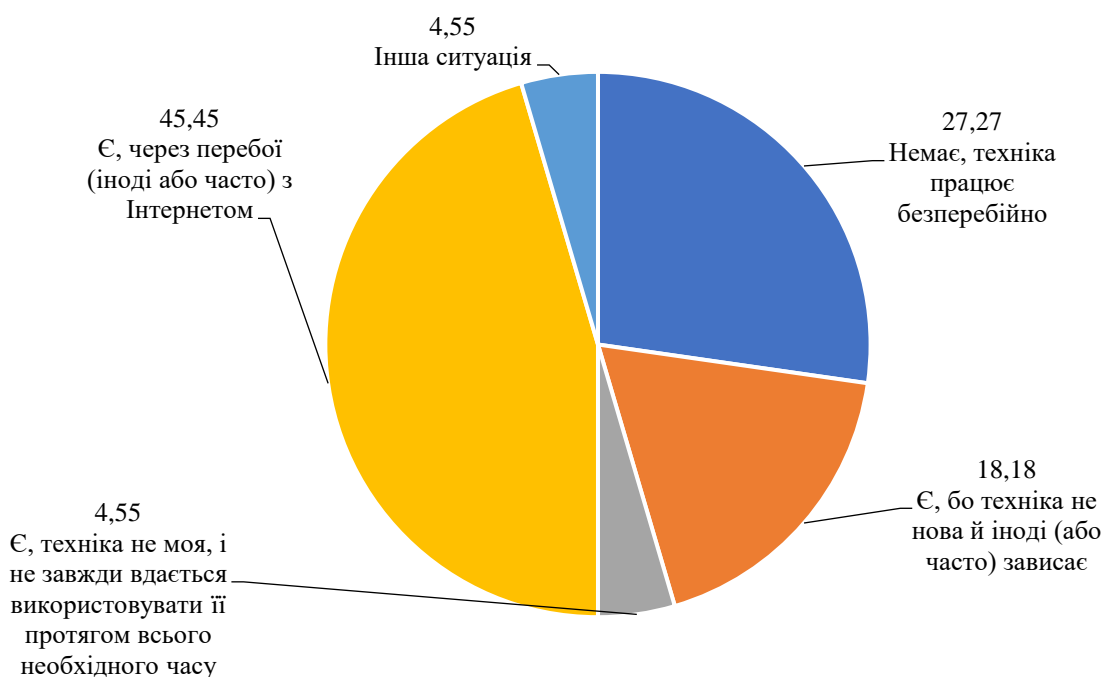
- обмеженість доступу до техніки. Ще 8,7% учнів не мають особистого доступу до жодного технічного пристрою і повинні користуватися технікою в сім'ї. Це вимагає координації щодо розподілу доступу до пристроїв між членами сім'ї та обмежити доступність техніки для навчання;

- потреба у підтримці. Враховуючи такі дані, важливо забезпечити учням додаткову підтримку та ресурси для ефективного дистанційного навчання. Це включає в себе надання технічної підтримки, навчання учнів користуванню доступними пристроями ефективно, а також забезпечення доступу до навчальних ресурсів;

•соціальний аспект. Дані також показують, що діти-переселенці відчують відсутність особистої техніки як соціальну дистанцію порівняно з іншими учнями, що впливає на їхню самооцінку та почуття приналежності до однолітків.

У результаті, важливо враховувати ці показники для розроблення програм підтримки, спрямованих на забезпечення необхідними ресурсами для якісного дистанційного навчання всіх учнів, зокрема тих, хто походить із сімей ВПО.

Для першого півріччя війни характерними були відключення електроенергії та Інтернету. Тому, при проведенні соціологічного опитування нас цікавило, чи є проблеми у процесі користування технікою під час участі у дистанційному навчанні. Отримано такі відповіді: 45,45% – проблеми є через перебої (іноді або часто) з Інтернетом; 27,27% – проблем немає, техніка працює безперебійно; 18,18% – проблеми є, техніка не нова і часто зависає (рис. 4.19).



**Рис. 4.19. Оцінка проблем у процесі користування технікою під час участі школярів ВПО у дистанційному навчанні, %**

На запитання «Під час Вашої участі в дистанційних заняттях виникають сторонні перешкоди?» учні зазначили таке (рис. 4.20):

•31,82% учнів зазначили, що перешкоди іноді виникають, але не дуже заважають. Це свідчить про те, що деякі учні можуть стикатися з окремими

труднощами час від часу, але вони не суттєво обмежують їх можливість отримувати освіту;

- 22,73% вважають, що ніщо не турбує. Ця група учнів не відчуває суттєвих перешкод у дистанційному навчанні і справляються з ним добре;

- 18,18% стикаються з перешкодами часто, але вони не дуже заважають. Тобто деякі учні мають труднощі, але вони не є критичними для навчання;

- 13,64% мають перешкоди, які виникають часто і дуже заважають. Цей факт є серйозним, оскільки значні труднощі у дистанційному навчанні впливають на отримання якісної освіти;

- 9,09% іноді стикаються з перешкодами, які дуже заважають. Це також вказує на труднощі, які можуть бути важливими для навчання, хоча вони не є постійними;

- 4,55% постійно стикаються з перешкодами, які дуже заважають. Ця група учнів є найбільш вразливою, оскільки вони постійно мають серйозні труднощі, які суттєво обмежують можливості учнів для навчання.



**Рис. 4.20. Оцінка перешкод в учнів ВПО у дистанційному навчанні, %**

Отримані результати доводять важливість надання підтримки і ресурсів тим учням, які мають серйозні перешкоди у дистанційному навчанні, а також необхідність врахування індивідуальних потреб кожної групи учнів для поліпшення якості освіти в умовах війни та переміщення.

Сприйняття навчального матеріалу є критично важливим для успішного дистанційного навчання. Таке навчання передбачає велику міру самостійності, оскільки учні навчаються віддалено, поза класними стінами. Організація процесу дистанційного навчання допомагає учням скласти розклад, створювати плани навчання і дотримуватися їх, що є ключовим для успіху. Віддалене навчання є більш гнучким, але вимагає ефективного управління часом. Сприйняття навчального матеріалу допомагає учням встановити пріоритети, планувати час для навчання і виконання завдань. Інтенсивне навчання віддалено може вимагати високого рівня мотивації та здатності учнів зберігати концентрацію. Отже, правильно організований процес: допомагає створити сприятливі умови для навчання, зменшує відволікання і підвищує продуктивність учнів, сприяє кращому засвоєнню і розумінню навчального матеріалу.

На запитання «Чи є проблеми сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного заняття?» школярі, які проживають в гуртожитку, дали відповіді, наведені на рис. 4.21.

Аналіз відповідей дав змогу зробити певні висновки.

36% учнів повідомили, що не мають проблем зі сприйняттям навчального матеріалу і цілком пристосувалися до дистанційної форми навчання. Це свідчить про їхню адаптацію до нових умов і успішне вивчення навчального матеріалу.

28% вказали на проблеми через незвичне сприйняття занять. Це пов'язано з відсутністю попереднього досвіду дистанційного навчання або з відсутністю навику працювати з електронними навчальними матеріалами.

16% зазначили проблеми через технічні збої під час викладання з вини вчителя. Це може вказувати на можливі проблеми з технічними аспектами проведення дистанційного навчання, такими як недостатня стабільність інтернет-з'єднання або недоцільне використання платформ для навчання.

8% наголосили на тому, що навчальний матеріал слабо пристосований для трансляції в електронній формі. Це є наслідком недостатньої адаптації навчальних матеріалів для дистанційного навчання, що не завжди пов'язано з підготовкою вчителів, а може бути системною проблемою.



**Рис. 4.21. Оцінка процесу сприйняття навчального матеріалу школярами ВПО під час дистанційного заняття, %**

З огляду на ці відповіді, важливо зазначити, що успішне дистанційне навчання вимагає спільних зусиль вчителів, учнів і адміністрації школи. Це може включати в себе підготовку вчителів до роботи в онлайн-середовищі, розроблення якісних навчальних матеріалів та технічну підтримку. Результати опитування свідчать про різні виклики, з якими стикаються учні, і вимагають ретельного аналізу та вдосконалення системи дистанційного навчання.

Основою ефективного навчання учнів є вміння самонавчатися, самостійно опрацьовувати навчальний матеріал, шкільну літературу. 45,45% опитаних респондентів зазначили, що не мають труднощів – вся необхідна навчальна література доступна (табл. 4.3). Це є позитивним сигналом. Учні можуть з легкістю отримувати необхідні матеріали для навчання, що сприяє самостійному навчанню.

*Таблиця 4.3*

### **Оцінка школярами труднощів у доступі до навчальної літератури**

<b>Труднощі у доступі до навчальної літератури</b>	<b>%</b>
Труднощів немає, вся необхідна навчальна література доступна	45,45
Труднощі у доступі до навчальної літератури є, але незначні	45,45
Труднощі в доступі до навчальної літератури значні	9,09

45,45% стверджують, що мають труднощі з доступом до навчальної літератури, але незначні. Це включає в себе обмежений доступ до деяких

матеріалів або нестачу певних ресурсів. Важливо, щоб ці труднощі були вирішені, оскільки вони можуть стати перешкодою для ефективного навчання.

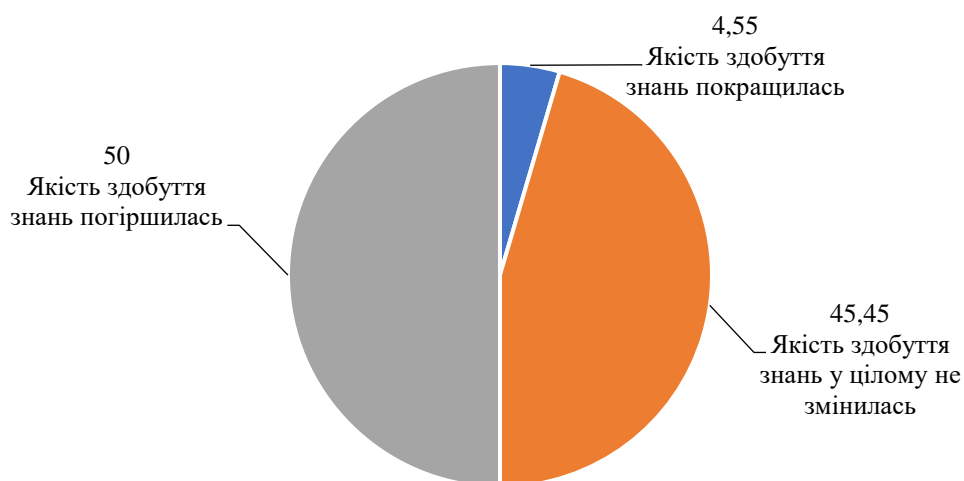
9,09% вказують на значні труднощі з доступом до навчальної літератури, що є значимою проблемою. Доступ до необхідних навчальних ресурсів і літератури є фундаментальним аспектом ефективного навчання, особливо в умовах дистанційного навчання або під час війни. Деякі сім'ї стикаються з фінансовими труднощами, і вони можуть не мати можливості придбати необхідну навчальну літературу або мати обмежений доступ до Інтернету. Це є особливо актуальним для сімей, які пережили внутрішнє переміщення через воєнний конфлікт.

Школярі також мають і технічні труднощі, такі як неспроможність отримувати доступ до електронних навчальних матеріалів або використовувати електронні пристрої для навчання. Наявність доступу до бібліотек, навчальних ресурсів та Інтернету різниться залежно від регіону або місця проживання. У певних областях наявним є обмежений доступ до навчальних матеріалів через віддаленість від освітніх ресурсів.

Ці проблеми суттєво обмежують можливості учнів для самостійного навчання, що є важливим аспектом їхнього освітнього розвитку. У таких випадках важливо шукати альтернативні рішення, такі як електронні ресурси, бібліотеки, допомогу від вчителів тощо. Загалом, доступ до навчальної літератури є ключовим для самостійного навчання та розвитку учнів. Важливо забезпечити всіх учнів необхідними ресурсами та зробити доступ до навчальної літератури якнайбільш зручним і доступним для всіх учасників освітнього процесу.

Важливим результатом соціологічної анкети є відповіді школярів на запитання «Як вплинуло введення дистанційного навчання в умовах воєнного стану на якість здобуття знань?». Отримано відповіді, наведені на рис. 4.22.





**Рис. 4.22. Оцінка якості здобуття знань школярами в умовах воєнного стану, %**

Аналіз відповідей школярів на це запитання вказує на різне сприйняття цього впливу.

- 45,45% вважають, що якість здобуття знань, у цілому, не змінилась. Ці учні вважають, що дистанційне навчання в умовах воєнного стану несуттєво вплинуло на якість освіти і вони продовжують отримувати знання на прийнятному рівні.

- 4,55% вважають, що якість здобуття знань покращилась. Ці учні спостерігають позитивні зміни у навчальному процесі, можливо, через більш індивідуалізовані підходи або інші чинники.

- 50% учнів вважають, що якість здобуття знань погіршилася. Це свідчить про їхню переконаність, що дистанційне навчання в умовах воєнного стану призвело до зниження якості навчання, можливо – через обмежений доступ до ресурсів, технічні труднощі або втрату особистого контакту з вчителями та спільнотою школи. Показник 50% є значимим і вимагає уваги та аналізу. Цей результат свідчить про серйозні проблеми у сфері освіти, зокрема в умовах війни та дистанційного навчання. Він детермінований різними факторами: умовами війни, дистанційним навчанням, індивідуальними інтересами учнів, підтримкою вчителів та батьків.

*Умови війни.* Воєнний стан детермінує збільшення стресу та нестабільності в житті дітей та їхніх сімей. Це впливає на психологічну та емоційну стабільність, що, в свою чергу, демотивує учнів щодо навчання.

*Дистанційне навчання.* Впровадження онлайн-навчання призводить до викликів і обмежень, таких як технічні проблеми, відсутність особистого контакту з вчителями та однокласниками, обмежений доступ до навчальних ресурсів тощо. Очевидно, це впливає і на сприйняття навчального матеріалу.

*Індивідуальні інтереси учнів.* Школярі мають різні індивідуальні вподобання та стилі сприйняття. Деякі учні по-різному проявляють себе в адаптації до нових дистанційних форм навчання.

*Підтримка вчителів і батьків.* Роль педагогів та підтримка батьків є критичними для успіху учнів у дистанційному навчанні. Якщо ця підтримка обмежена чи недостатня, це детермінує процес погіршення якості навчання.

Ураховуючи ці фактори, доцільно зазначити, що результат у 50% учнів, які вважають, що якість освіти погіршилася, є віддзеркаленням поєднання впливів війни (умов воєнного стану) та дистанційного навчання. Важливо проаналізувати цей результат, щоб ідентифікувати конкретні проблеми і розробити стратегії для поліпшення умов навчання, сприяння психологічному благополуччю учнів і забезпечення якості освіти в цих умовах.

Крім того, школярі оцінили своє занепокоєння щодо отримання якісної освіти. 18,18% учнів констатували, що в цілому не побоюються, але ймовірність цього не виключають, 13,64% зовсім не мають побоювань. 54,55% школярів зазначили, що вони занепокоєні, що не отримують необхідної якісної освіти. Проте вони усвідомлюють, що все залежить від них самих. 9,09% відповіли, що мають великі побоювання, але будуть щось робити, щоб уникнути цього; 4,55% стверджували, що якість освіти однозначно буде поганою (табл. 4.4).

### Оцінка занепокоєння школярів щодо отримання якісної освіти

Ступінь занепокоєння	%
Зовсім не побоююся	13,64
В цілому не побоююся, але ймовірність цього не виключаю	18,18
В якійсь мірі побоююся, хоча багато залежить від мене самого (самої)	54,55
Дуже побоююся, але буду що-небудь робити, щоб уникнути цього	9,09
Якість освіти однозначно буде поганою	4,55

Отримані результати свідчать про різне ставлення та ступінь побоювань школярів щодо отримання якісної освіти в умовах воєнного стану та дистанційного навчання.

- 18,18% учнів зазначили, що не побоюються не отримати якісної освіти, але при цьому не виключають такої можливості. Ці учні мають деяку обізнаність з можливими ризиками, але ще не відчувають серйозної тривожності.

- 13,64% учнів відповіли, що зовсім не мають побоювань щодо якості освіти. Це група учнів, які вірять у свої можливості адаптуватися до нових умов та забезпечити собі якісні знання.

- 9,09% мають великі побоювання, але готові докласти зусиль для того, щоб уникнути погіршення якості знань. Ці учні виявляють готовність долати труднощі і шукати шляхи до поліпшення своєї освіти.

- 4,55% стверджують, що якість освіти однозначно буде поганою. Ця група учнів може відчувати песимізм та великі побоювання стосовно можливостей отримання якісної освіти в умовах воєнного стану та дистанційного навчання.

- 54,55% учнів виразили певне занепокоєння стосовно можливості не отримати необхідної якісної освіти. Це велика частина учнів, які свідомі щодо потенційних труднощів та викликів, пов'язаних з навчанням в умовах воєнного конфлікту. Вони можуть відчувати стрес, невпевненість та тривожність щодо свого навчання.

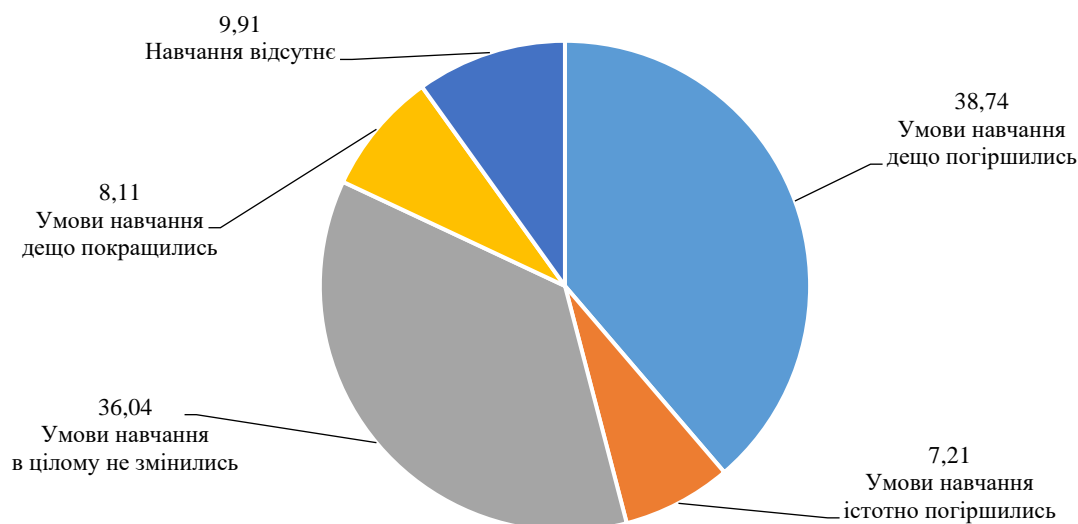
Загальна картина показує, що значна частина учнів має певні побоювання щодо якості своєї освіти в цих умовах. Важливо підтримувати цих школярів,

надавати їм психологічну підтримку, забезпечувати доступ до якісних навчальних ресурсів та створювати умови для успішного навчання в ускладнених умовах. Також важливо враховувати їхні думки та переконання при розробленні стратегій поліпшення якості освіти в цих умовах.

У соціологічному опитуванні взяли участь і школярі мукачівських шкіл. Навчання у безпечному регіоні країни, такому як Закарпаття, також зазнало змін: перерви на повітряні тривоги, відсутність електроенергії, постійні тривожність та напруга і багато інших факторів. Проведено багато різних опитувань щодо специфіки навчання дітей вимушених переселенців і дуже мало досліджень щодо особливостей навчання учнів із безпечних регіонів. Отже, вивчення специфіки навчання учнів із безпечних регіонів в умовах воєнного стану є важливим завданням, оскільки це допоможе ліпше зрозуміти вплив війни на освіту та допоможе розробити ефективні заходи для покращення ситуації.

Результати опитування можуть бути корисними і для професійної підготовки вчителів та педагогічних працівників, які будуть ефективно працювати в умовах воєнного стану: навички управління стресом, використання технологій та методів, спрямованих на забезпечення безпеки та добробуту учнів. Усе це підкреслює важливість дослідження специфіки навчання учнів у безпечних регіонах в умовах війни.

На запитання «Як вплинули умови воєнного стану на Ваше навчання в цілому?» школярі дали відповіді, наведені на рис. 4.23.



**Рис. 4.23. Оцінка учнями мукачівських шкіл впливу умов воєнного стану на навчальний процес, %**

Розглянемо отримані результати ретельніше.

- 38,74% учнів вважають, що умови навчання дещо погіршилися. Очевидно, це пов'язано із загальним стресом та нестабільністю, що призводить до погіршення психологічного стану учнів, а це впливає на їхню здатність концентруватися на навчанні, навіть якщо діти проживають у безпечному регіоні.

- 7,21% вважають, що умови навчання істотно погіршилися. Це є тривожним сигналом, оскільки свідчить про серйозний негативний вплив воєнного стану на освітній процес. Це також доводить, що інфраструктура шкіл є недостатньо ефективною, вчителі та учні стикаються зі значними труднощами у забезпеченні успішного навчання.

- 36,04% вважають, що умови навчання в цілому не змінилися. Цей факт доводить, що школам вдалося забезпечити стабільні умови навчання, незважаючи на складні обставини воєнного стану.

- 8,11% вважають, що умови навчання дещо покращилися. Тобто освітні установи вжили додаткових заходів та ресурсів, які поліпшують навчання в умовах війни, наприклад введення нових методів навчання або нових електронно-цифрових платформ.

•9,91% вважають, що навчання відсутнє. Якщо учні із безпечного регіону вважають, що навчання відсутнє, це свідчить про наявність певних проблем: технічні або технологічні проблеми; психологічне здоров'я; соціально-економічні обставини.

*Технічні або технологічні проблеми.* наприклад, це проблеми із забезпеченням інтернет-з'єднання або технічним обладнанням для дистанційного навчання. це детермінує обмежений доступ до технологій або відсутність достатніх ресурсів у школах.

*Проблеми з психологічним здоров'ям.* Деякі учні не можуть навчатися через обставини, пов'язані із своїм психологічним здоров'ям. Вони відчують страх, тривожність, що ускладнює процес навчання.

*Соціально-економічні обставини.* Деякі учні вимушені припинити навчання через економічні труднощі, що можуть виникнути через втрату роботи батьками чи інші соціальні обставини.

Порівняємо результати опитування в розрізі вибірки учнів ВПО та старшокласників шкіл Мукачева. Значна частина школярів вважає, що умови навчання:

•дещо погіршилися (40,91% – учні ВПО, 38,74% – учні мукачівських загальноосвітніх шкіл);

•в цілому не змінилися (31,82% – учні ВПО, 36,04% – учні мукачівських загальноосвітніх шкіл).

Ці результати демонструють однакову тенденцію у всіх учнів, незалежно чи вони із сімей ВПО, чи постійно мешкають у безпечному регіоні.

Інші результати демонструють різницю в оцінюванні учні із сімей ВПО далі показують такий ланцюг показників: 18,18% – умови навчання істотно погіршилися; 4,55% – умови навчання дещо покращилися та 4,55% – навчання відсутнє.

Учні, які навчаються в школах Мукачева, показують такий ланцюг показників: 9,91% – навчання відсутнє; 8,11% – умови навчання дещо покращилися; 7,21% – умови навчання істотно погіршилися.

Різниця у судженнях між учнями із сімей вимушених переселенців та учнями із безпечного регіону спричинена різними факторами, які впливають на сприйняття та досвід кожної групи.

Учні із сімей ВПО виявляють більшу стійкість та адаптивність, незалежно від труднощів, з якими вони стикаються через переселення. З іншого боку, місцеві учні відчують психологічний стрес через несподівані обставини, що впливає на їхню мотивацію до навчання.

Необхідно зазначити, що сім'ї ВПО, хоч і стикаються із труднощами, отримують підтримку від різних гуманітарних організацій та урядових програм, яка полегшує їхні умови життя та навчання. Учні ВПО демонструють більш індивідуалізований підхід до навчання, оскільки їхні особисті обставини можуть вимагати специфічних заходів підтримки. Різниця в оцінці може бути результатом взаємодії цих та інших факторів.

Щодо умов навчання місцевих учнів отримано очікувані результати. Старшокласники зазначають: 79,28% мають окрему кімнату, в якій можуть усамітнитися під час дистанційних занять; 17,12% мають відносно автономне місце, де можуть без перешкод брати участь у дистанційних заняттях; 2,70% постійного місця для занять не мають, щоразу для участі в дистанційних заняттях пристосовуються; 0,90% мають погані умови, зовсім немає зручного місця для участі в дистанційних заняттях (табл. 4.5).

Таблиця 4.5

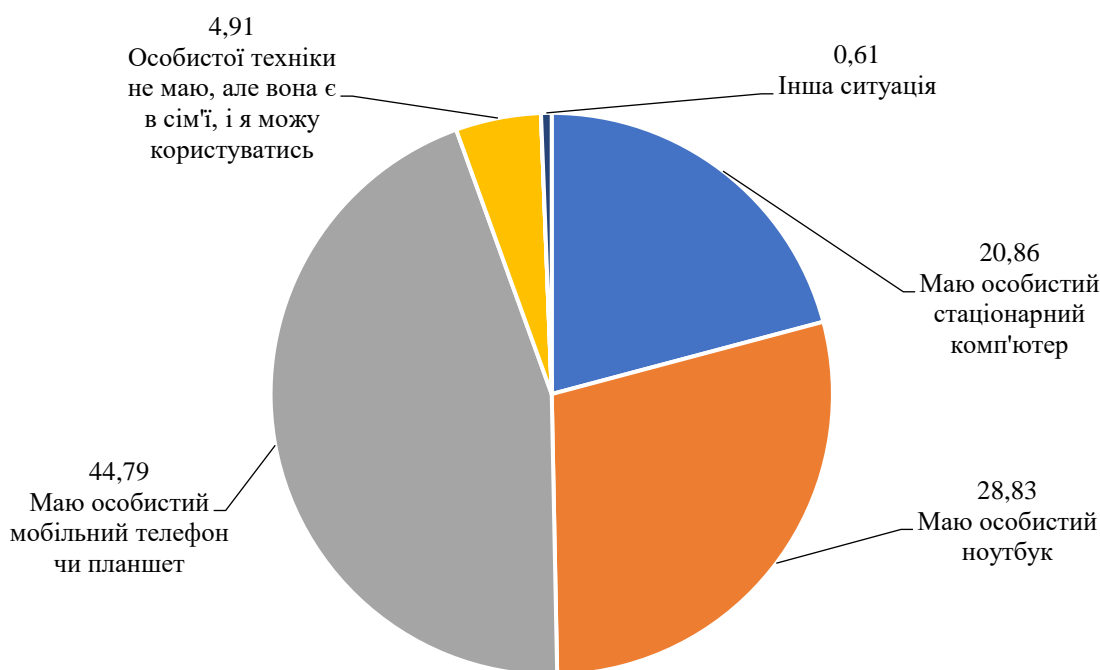
#### Умови участі старшокласників шкіл Мукачева у дистанційних заняттях

Умови для участі у дистанційних заняттях	%
Є окрема кімната, в якій можна усамітнитись під час участі в дистанційних заняттях	79,28
Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод брати участь у дистанційних заняттях	17,12
Постійного місця для занять немає, щоразу для участі в дистанційних заняттях пристосовуюсь	2,70
Умови погані, зовсім немає зручного місця для участі в дистанційних заняттях	0,90

Успішне дистанційне навчання вимагає відповідного технічного оснащення з кількох причин. Інтернет-з'єднання є основним засобом зв'язку між вчителем та учнем під час дистанційного навчання. Висока швидкість та

стабільність Інтернету дають змогу ефективно взаємодіяти з онлайн-ресурсами, відеоконференціями та іншими засобами навчання. Для використання віртуальних класів, платформ для навчання та електронних підручників потрібен пристрій, на якому можна працювати. Комп'ютер або планшет надають можливість взаємодіяти з вчителем та іншими учнями, виконувати завдання та використовувати онлайн-ресурси. Отже, відповідне технічне оснащення стає необхідним для побудови ефективної віртуальної навчальної атмосфери, яка дає змогу учням отримати доступ до навчальних ресурсів, брати участь у відкритих обговореннях та долучатися до інтерактивних занять.

На запитання «Яка Ваша технічна оснащеність для участі в дистанційному навчанні?» старшокласники загальноосвітніх шкіл Мукачева відповіли так: 44,79% мають особистий телефон чи планшет; 28,83% мають особистий ноутбук; 20,86% мають особистий стаціонарний комп'ютер; 4,91% особистої техніки не мають, але вона є в сім'ї, і вони можуть нею користуватися (рис. 4.24).



**Рис. 4.24. Технічна оснащеність школярів мукачівських шкіл для участі в дистанційному навчанні, %**

Якщо порівняти ці показники з результатами відповідей старшокласників із сімей ВПО, то можна підкреслити, що учні демонструють однакові тенденції



щодо оцінки своєї технічної оснащеності, незалежно чи це сім'я ВПО, чи сім'я постійно проживає в безпечному регіоні.

Значна кількість учнів використовує телефон або планшет для дистанційного навчання. Телефони та планшети мають свої переваги, але також мають обмеження, які впливають на якість навчання: розмір екрана, введення тексту, обмежені ресурси, доступ до ресурсів

*Розмір екрана.* Телефони та планшети мають зазвичай менший екран порівняно з ноутбуками або комп'ютерами. Це ускладнює навчання та роботу з великими обсягами інформації.

*Введення тексту.* На телефонах, як правило, менш зручно вводити текст порівняно з клавіатурою ноутбука чи комп'ютера. Це впливає на швидкість та зручність виконання завдань.

*Обмежені ресурси.* Технічні характеристики телефонів та планшетів є гіршими, ніж у сучасних ноутбуків чи стаціонарних комп'ютерів. Деякі вимогливі програми та значна за обсягом інформація працюють менш ефективно на малопотужних пристроях.

*Доступ до ресурсів.* У разі використання телефонів або планшетів, де ресурси є обмеженими, виникає проблема із забезпеченням неповного доступу до необхідних навчальних ресурсів та інтерактивних платформ.

Враховуючи ці обмеження, необхідно розглядати можливості для поліпшення дистанційного навчання, наприклад: надання можливостей для отримання більш потужних пристроїв та додаткових технічних ресурсів, а також оптимізація контенту для мобільних пристроїв.

Щоб забезпечити якісне навчання, важливими є і технічна та технологічна підтримка роботи комп'ютерної техніки, доступність та стабільність Інтернету. Тому при проведенні соціологічного опитуванні нас цікавило, чи є проблеми у процесі користування технікою під час дистанційних занять. Щодо виникнення сторонніх перешкод школярі зазначили: 42,34% – ніщо не турбує; 37,84% – перешкоди іноді виникають, але не дуже заважають; 9,01% – виникають часто, але не дуже заважають; 60% – іноді виникають і дуже заважають; 4,50% – часто

виникають і дуже заважають; 2,70% – постійно виникають і дуже заважають (табл. 4.6).

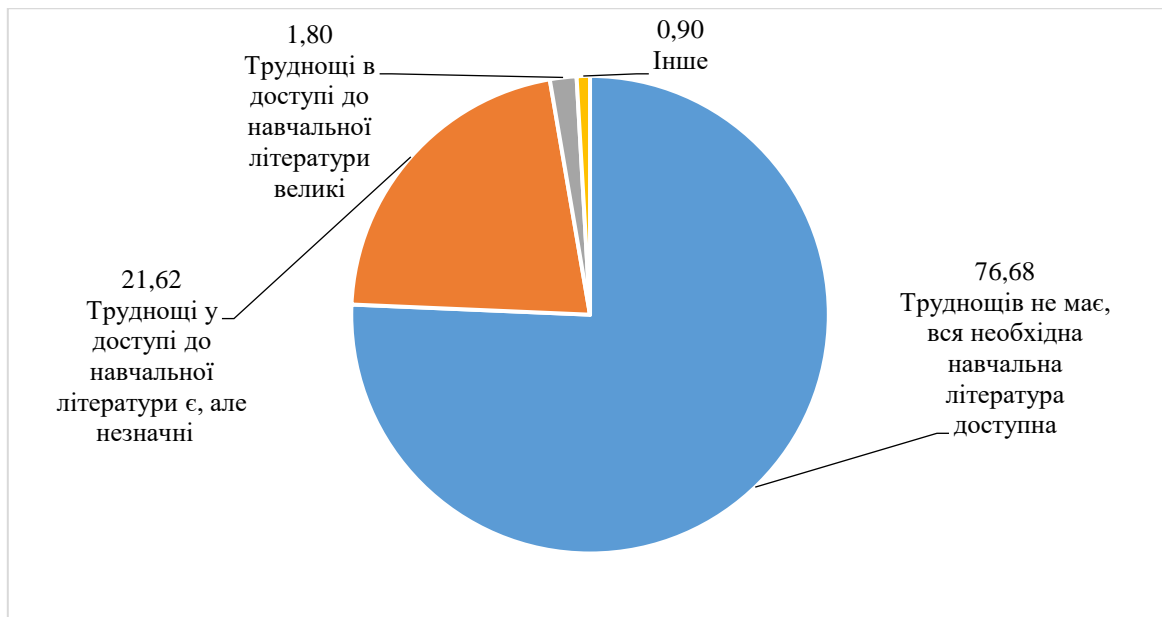
Таблиця 4.6

**Наявність перешкод під час участі старшокласників мукачівських шкіл у дистанційних заняттях**

<b>Виникнення перешкод під час дистанційного заняття</b>	<b>%</b>
Ні, ніщо не турбує	42,34
Іноді виникають, але не дуже заважають	37,84
Часто виникають, але не дуже заважають	9,01
Іноді виникають і дуже заважають	3,60
Часто виникають і дуже заважають	4,50
Постійно і дуже заважають	2,70

Доступ до навчальної літератури є важливим елементом для учнів старших класів, особливо під час дистанційного навчання. Старшокласники зазвичай вже мають досвід навчання і можуть більш самостійно опрацьовувати навчальний матеріал. Доступ до навчальної літератури надає їм змогу глибше розуміти теми, самостійно вивчати новий матеріал і розвивати критичне мислення. Для старшокласників важливо мати можливість глибше вивчати теми, що їх цікавлять або є складними. Навчальна література допомагає розширити їхні знання і долучити додаткову інформацію, що виходить за рамки стандартного навчального плану.

Багато учнів готуються до вступу до ЗВО. Доступ до навчальної літератури допомагає їм глибше вивчати предмети, необхідні для вступу, і розширювати свої знання для успішного складання іспитів; більш ефективно працювати над завданнями та проєктами, які вони отримують від вчителів під час дистанційного навчання; бути більш самостійними і активними у своєму навчанні. Отже, доступ до навчальної літератури відіграє ключову роль у розвитку учнів старших класів, допомагаючи їм здобувати глибші знання, розвивати самостійність та готуватися до подальших етапів освіти. Опитування школярів констатує, що труднощів з доступом до навчальної літератури не мають 76,68% (рис. 4.25). 21,62% вважають, що труднощі є, але незначні.



**Рис. 4.25. Оцінка старшокласниками шкіл Мукачєва труднощів у доступі до навчальної літератури, %**

Дистанційне навчання є успішним за умови чіткої роботи різної комп'ютерної техніки та гаджетів. На запитання «Чи є проблеми з користуванням техніки під час участі у дистанційному навчанні?» учні відповіли таким чином: 51,24% підкреслюють, що проблем немає, техніка працює безперебійно; 29,75% вказують на проблеми з Інтернетом; 17,36% стверджують, що мають проблеми через стару техніку (табл. 4.7).

*Таблиця 4.7*

**Оцінка проблем у користуванні технікою учнями мукачєвських шкіл під час дистанційних занять**

Наявність проблем у користуванні технікою під час дистанційних занять	%
Немає, техніка працює безперебійно	51,24
Є, бо техніка не нова й іноді (або часто) зависає	17,36
Є, техніка не моя, і не завжди вдається використовувати її протягом всього необхідного часу	0,00
Є, бо є перебої (іноді або часто) з Інтернетом	29,75
Інша ситуація	1,65

Успіх навчання залежить від сприйняття учнями змісту предмета. Сприйняття залежить і від майстерності вчителя зрозуміло подати навчальний матеріал, і від готовності школярів до його сприймання. Ця проблема актуалізується і є більш гострою в умовах дистанційної освіти, оскільки

змінюється методика пояснення педагога та ускладнюється процес його сприйняття учнем. Розглянемо деякі основні причини зазначеного явища.

У дистанційній освіті немає безпосередньої присутності вчителя, що ускладнює можливість негайного уточнення незрозумілого або додаткового пояснення матеріалу. Учні відчувають відсутність особистого зв'язку та підтримки. Вчителі повинні адаптувати свою методику викладання до дистанційного формату, щоб забезпечити ефективне сприйняття матеріалу. Відсутність візуального контакту та інтеракції відбивається на здатності учнів до сприймання інформації.

Не всі учні мають достатній рівень доступу до необхідних технічних засобів, що впливає на їхню здатність отримати інформацію та взаємодіяти з учителем чи іншими учнями. У дистанційній освіті школярі повинні мати вищий рівень самоменеджменту та саморегуляції, оскільки вони відповідальні за своє навчання та вчать без прямого контролю вчителя. Дистанційна освіта також впливає на рівень мотивації учнів та на їхній емоційний стан.

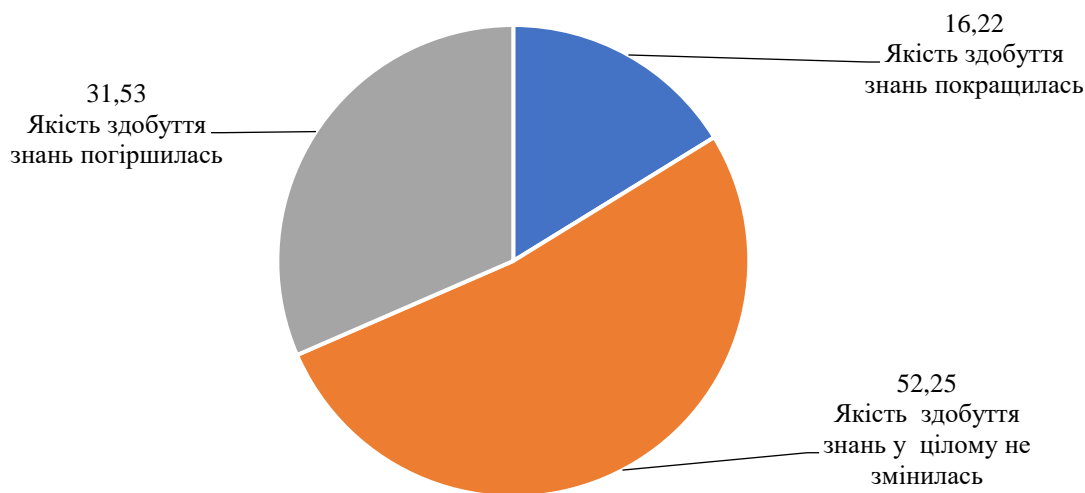
Отже, умови дистанційної освіти зумовлюють нові виклики для сприйняття учнями навчального матеріалу, адаптації методики викладання та підтримки здобувачів освіти. Таким чином, успіх навчання справді залежить від ефективності подання матеріалу, готовності учнів до навчання в цих нових умовах та підтримки, яку вони отримують від вчителів і системи освіти.

Тому важливими для нашого опитування були відповіді учнів на запитання «Чи є проблеми сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного заняття?». Половина опитаних (50,0%) констатує, що проблем сприйняття навчального матеріалу немає, бо до дистанційної форми занять вдалося повністю пристосуватися. Інші вважають, що є проблеми сприйняття навчального матеріалу, а саме: 25,41% – виникають через незвичність сприйняття заняття; 9,84% – через технічні збої під час викладання з вини педагога; 8,2% – через мало пристосований навчальний матеріал для його трансляції в електронній формі (рис. 4.26).



**Рис. 4.26. Оцінка учнями проблем сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного заняття, %**

На важливе запитання «Як вплинуло дистанційне навчання в умовах війни на якість здобуття знань?» учні мукачівських шкіл відповіли таким чином: 52,25% переконані, що якість здобуття знань у цілому не змінилася; 31,53% - якість погіршилася; 16,22% констатують, що якість знань покращилася (рис. 4.27).



**Рис. 4.27. Оцінка школярами Мукачева якості здобуття знань в умовах війни, %**

Отримані результати цікаво порівняти з результатами опитування, які дали учні із сімей ВПО. Отже, вважають, що якість здобуття знань погіршилася: 50% учнів із сімей вимушених переселенців та 31,53% учнів мукачівських шкіл. Така різниця у відповідях є вагомою. Вона може бути зумовлена різними життєвими

обставинами, які впливають на досвід дистанційного навчання: соціально-економічний статус та умови проживання; психосоціальний стан.

*Соціально-економічний статус та умови проживання.* Сім'ї вимушених переселенців зазнають економічних труднощів та нестабільності через втрату домівок та роботи. Це також впливає і на доступ до необхідного обладнання для дистанційного навчання, такого як комп'ютери чи Інтернет. Такі умови призводять до складнішого адаптування до нових умов навчання.

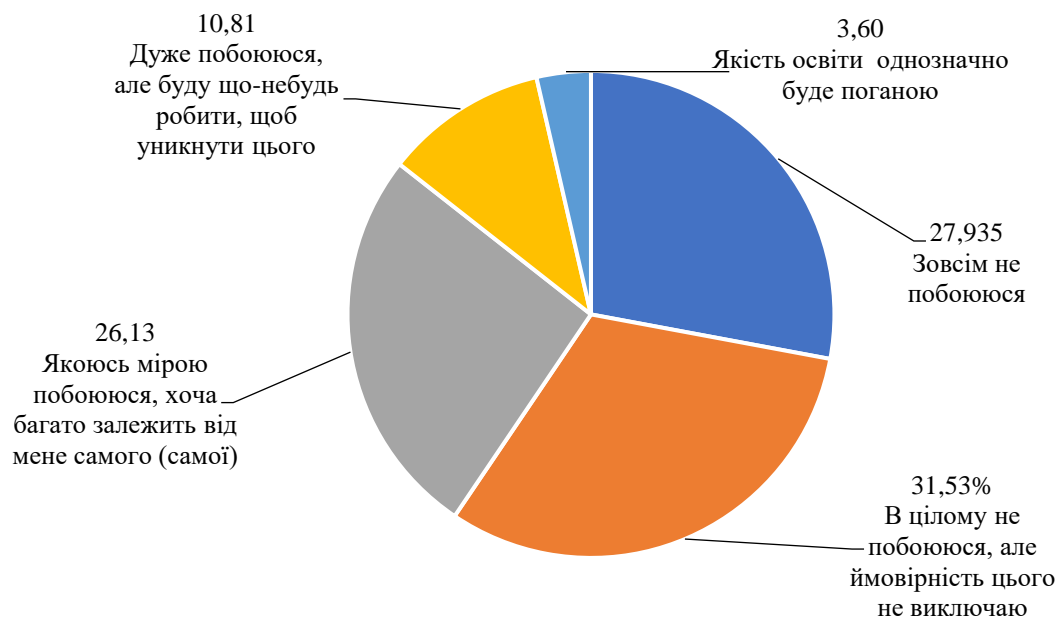
*Психосоціальний стан.* Діти з сімей ВПО переживають стрес та емоційні труднощі через втрату звичного життя та зміни оточення. Це також спричиняє їхню здатність концентруватися та ефективно вивчати матеріал під час дистанційного навчання.

Саме ці фактори створюють значну різницю в оцінках якості освіти між зазначеними двома групами учнів: вважають, що здобуття знань у цілому не змінилося, 45,45% учнів із сімей ВПО та 52,25% учнів мукачівських шкіл. Така різниця у відповідях є достатньо вагомою. Вона може виникнути внаслідок кількох чинників.

Діти з безпечного регіону, такого як Мукачево, сприймають своє оточення як більш стабільне та неперервне. У них є більше можливостей для збереження колишнього режиму навчання, що сприяє враженню про незмінність якості отримання знань. Учні з Мукачева мають кращий доступ до ресурсів та підтримки для навчання, що детермінує їх перцепцію змін в якості освіти. Наявність добре обладнаних шкіл, кваліфікованих учителів і розвинутої інфраструктури забезпечує стабільніші умови для навчання.

Діти з сімей ВПО стикаються з важкими викликами пристосування до нових умов, пов'язаних із переселенням та війною. Цей процес пристосування вплинув на їхню здатність об'єктивно оцінити зміни в процесі навчання. Учні, які змінили місце проживання, відчувають психологічний стрес та нестабільність через втрату домівок і зміни в оточенні. Це детермінує їхню загальну оцінку ситуації, включаючи якість отримання знань.

Узагальнюючи: учні із безпечного регіону вказали на наявність у них побоювання, що у результаті дистанційного навчання вони не отримають необхідної якісної освіти: 31,53% опитаних зазначили, що, в цілому такого побоювання не мають, проте ймовірність цього не виключають; 27,93% такого побоювання зовсім не мають; 26,13% констатують, що деякою мірою побоюються, хоча усвідомлюють, що багато залежить від них самих; 10,81% дуже побоюються (рис. 4.28).



**Рис. 4.28. Ступінь побоювання учнів мукачівських шкіл щодо отримання якісної освіти у результаті дистанційного навчання, %**

Систематизація та узагальнення відповідей на це запитання, отриманих від респондентів двох вибірок (учнів шкіл із найбільш безпечного регіону та школярів із сімей ВПО), дає можливість виокремити такі тенденції:

- занепокоєння щодо неотримання якісної освіти в результаті дистанційного навчання в умовах воєнного стану не мають, проте ймовірність цього не виключають 31,53% опитаних учнів шкіл Мукачева та 18,18% учнів із сімей ВПО;
- такого побоювання зовсім не мають 27,93% учнів мукачівських шкіл та 13,64% учнів-переселенців;

- 26,13% школярів, які навчаються та проживають у найбільш безпечному регіоні країни, констатують, що деякою мірою побоюються, хоча усвідомлюють, що багато залежить від них самих. Щодо дітей-переселенців, то цей варіант відповіді обрали 54,55%.

Результати соціологічного опитування вказують на значиму різницю щодо побоювань стосовно якості освіти в умовах дистанційного навчання в умовах воєнного стану між учнями зі звичайних шкіл Мукачева та тими, хто є дітьми ВПО. Ці відповіді окреслюють зону конфлікту у сприйнятті викликів дистанційної освіти в умовах воєнного стану.

Потенційні пояснення цієї різниці можливі за такими факторами: досвід війни; місце проживання; соціокультурні фактори; соціальний контекст; психологічний стан; особистісне ставлення; контроль та вплив.

*Досвід війни.* Діти із сімей ВПО мають більший досвід війни (відчувають його наслідки більше), що може посилити їхнє побоювання щодо негативного впливу на навчання.

*Важливість місця проживання.* Учні, які живуть в безпечному регіоні, менше відчувають безпосередній вплив війни, побоювання стосовно якості освіти, а безпечні міста, як правило, мають більший доступ до ресурсів, включаючи навчальні, що може зменшити побоювання стосовно якості освіти. Діти ВПО можуть стикатися із складнішими умовами, такими як обмежений доступ до якісної освіти та обмеження ресурсів.

*Соціокультурні фактори.* Різниця може бути пов'язана із різницею в культурних особливостях чи підходах до проблем в різних регіонах.

*Соціальний контекст.* Діти, які перебували в зоні бойових дій, більш чутливі до змін у навчальному процесі через загальний соціальний стрес і невизначеність.

*Психологічний стан.* Учні із безпечного регіону мають більш стабільний психологічний стан, що може впливати на їхню загальну тривожність. Діти, які зазнали стресу та травматичних подій, можуть бути більш схильні до тривожності та побоювань.



*Особистісне ставлення.* Учні мукачівських шкіл демонструють такі особистісні риси як оптимізм та впевненість. Саме вони детермінують вияв меншого рівня тривожності. Діти-переселенці, внаслідок перебування в зоні бойових дій та більш складних умов життя, демонструють невпевненість, що і визначає їхні відповіді.

*Контроль та вплив.* Учні з найбільш безпечного регіону відчують більший рівень контролю над своїм навчанням та життям, що і зменшує побоювання. Діти-переселенці відчують менше контролю та впливу на свою ситуацію, що і підвищує рівень їх тривожності та побоювань.

Слід наголосити, що ці фактори можуть взаємодіяти і впливати на сприйняття ризиків та побоювань щодо якості освіти в умовах воєнного стану.

Також необхідно розглянути і показники відповідей, які не мають суттєвої різниці щодо оцінки впливу дистанційного навчання в умовах війни. А саме, великі побоювання щодо неотримання якісної освіти мають і діти з безпечного регіону (10,81%), і діти із сімей ВПО (9,09%). Переконані, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану буде поганою, 3,6% учнів мукачівських шкіл та 4,55% учнів-переселенців. Ці схожі оцінки є наслідком кількох можливих факторів: спільний вплив війни; особистісні чинники; загальна свідомість; адаптація до умов.

*Спільний вплив війни.* Обидві групи дітей відчують подібний вплив війни, навіть якщо їх місця проживання різняться за рівнем безпеки. Війна детермінує подібні виклики в учнів, незалежно від місця проживання.

*Особистісні чинники.* Деякі діти мають особливості у ставленні до навчання, які приводять до схожих переживань. Наприклад, особливості психоемоційному стану, впевненість у власних здібностях або підходи до навчання.

*Загальна свідомість.* Обидві групи дітей мають доступ до однакової інформації та розуміють важливість ситуації в країні. Це впливає на їхню загальну оцінку наслідків воєнного стану на якість дистанційної освіти. Умови

війни збільшили рівень свідомості серед учнів щодо важливості освіти та її впливу на їхнє майбутнє.

*Адаптація до умов.* Обидві групи учнів входять у стадію адаптації до умов війни, що впливає на їхню оцінку та сприйняття можливих сценаріїв дистанційної освіти.

Ці фактори, які поєднують загальні умови війни та особистісні властивості, сприяють подібності відповідей обох груп учнів на запитання про якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану.

Узагальнюючи аналіз отриманих результатів, доцільно наголосити на важливості отримання учнями якісної освіти саме під час війни. Освічені люди зазвичай є більш обізнаними в політичних, економічних та соціальних питаннях. Це дає їм можливість активно брати участь у суспільному житті, а також розуміти події, які відбуваються під час війни. Освіта сприяє збереженню культурної спадщини та ідентичності. В умовах війни, коли культурні цінності є під загрозою, освічені люди можуть бути більш ефективними в їх захисті та збереженні. Освіченість сприяє розвитку гуманітарних цінностей, таких як толерантність, повага до прав людини та співчуття.

Освічене суспільство зазвичай має більше можливостей для економічного відновлення після війни. Висококваліфіковані працівники сприяють швидшому відновленню економіки та стабілізації країни. Отже, отримання якісної освіти під час війни є ключовим елементом для розвитку сильної, свідомої та стійкої суспільної структури, яка може ефективно впоратися з викликами та наслідками війни.

\*\*\*

Опитування учнів допомогло визначити основні тенденції та особливості навчання, умов проживання та самопочуття старшокласників під час війни. Соціологічне опитування виконувало ще одну важливу функцію – воно надавало можливість самим дітям висловити свої думки, почуття, емоції, побажання і проблеми. Вибірку респондентів склали 199 осіб: 111 учнів шкіл міста Мукачеве та 88 учнів із сімей внутрішньо переміщених осіб.

Широкомасштабна війна росії проти України та застосоване вимушене дистанційне навчання зумовили зменшення безпосередніх соціальних контактів школярів. Це передусім для старшокласників має різні негативні наслідки, особливо коли стає тривалим та широкомасштабним явищем – таким як війна. Відсутність реальних соціальних взаємодій викликає відчуття самотності та ізоляції, що негативно позначається на їхньому психоемоційному стані. Відсутність безпосередньої взаємодії з однокласниками та вчителями впливає на розвиток навичок спілкування, емпатії та співпраці. Стресові ситуації, такі як війна, викликають збільшення рівнів тривожності. Відсутність звичної соціальної підтримки та взаємодії поглиблює ці ефекти, особливо серед старшокласників. Реальні соціальні контакти важливі для здобуття знань та розвитку. Вони допомагають учням легше розуміти матеріал, розвивати критичне мислення та вирішувати проблеми.

Всі школярі, незалежно від категорії (чи це діти ВПО, чи учні мукачівських шкіл), наголошують важливість безпосередніх контактів. А більшість зазначає, що безпосередніх контактів не вистачає, але ставляться до цього спокійно, з розумінням. Опитані школярі зазначили, що підтримують зв'язок зі своїми друзями та однокласниками через мережу Інтернет або засобами телефонного зв'язку.

Для успішного навчання побутові умови школярів мають велике значення. Старшокласники, які зазнали переселення, відчувають значні побутові труднощі, що впливає на процес дистанційного навчання. У соціологічному дослідженні учнів із сімей внутрішньо переміщених осіб цій проблемі присвячено кілька питань. Результати дають змогу констатувати: 50% вважають тривалість проживання цілком прийнятною; 45,45% зазначають, що тривалість проживання в нових умовах є значною; 50% учнів підкреслюють, що не мають окремої кімнати для занять, але мають відносно автономне місце, де вони можуть без перешкод брати участь у дистанційних заняттях.

Українські школярі вимушені навчатися не тільки дистанційно, але і в умовах постійної тривожності, хвилювання та стресу. Психоемоційні стани

вагомо впливають на процес сприйняття навчальної інформації. Тому дослідження особливостей психоемоційних станів у старшокласників є актуальним та важливим. Результати соціологічного опитування констатують наявність таких психоемоційних станів у школярів в час, коли вони дізналися про війну: учні ВПО – «хвилювання», «боязнь», «побоювання», «стрес»; учні із безпечного регіону – «хвилювання», «переляк», «зацікавленість», «побоювання», «стрес». Після шести місяців повномасштабної війни відчуття у школярів змінилися. А саме, констатовано наявність значимих показників за такими шкалами: учні ВПО – «хвилювання», «повний спокій», «побоювання»; учні із безпечного регіону – «хвилювання», «роздратування», «зацікавленість».

Порівняння динаміки змін показників психоемоційних станів у дітей із сімей ВПО та дітей із безпечного регіону дає змогу виокремити такі тенденції: у дітей ВПО після шести місяців проживання у безпечному регіоні хвилювання зростає; у школярів мукачівських шкіл – зменшується. Узагальнюючи зміни у показниках психоемоційних станів залежно від групи учнів (із сімей ВПО або із безпечного регіону) та відповідно до часу діагностування (початок війни та після шести місяців), доцільно вказати на їх психологічні причини, а саме:

1. Відмінності в пережитому травматичному досвіді. Вимушені переселенці переживають травматичні обставини, пов'язані з втратою домівки та переселенням, що викликає хвилювання та боязнь. Учні мукачівських шкіл більше акцентують увагу на психологічних аспектах війни, що призводить до переляку та розвинення зацікавленості в подоланні цих емоцій.

2. Різниця в підходах до стресових ситуацій. Діти реагують на стресові ситуації у різні способи, залежно від свого внутрішнього світу, особистих ресурсів та соціального оточення.

3. Стосунки та підтримка. Стосунки та рівень соціальної підтримки впливають на те, як учні реагують на стресові ситуації. Ті, хто має міцні соціальні зв'язки та підтримку, більш зацікавлені та активні в розв'язанні проблем, тоді як ті, хто відчуває соціальну ізоляцію, більше схильні до переляку.

Дистанційне навчання вимагає від школярів високої мотивації та організованості. Важливою частиною успішного дистанційного навчання в умовах війни є співпраця між вчителями, учнями та їхніми сім'ями задля подолання труднощів і забезпечення максимальної можливості отримання якісної освіти.

Аналіз відповідей учнів із сімей ВПО дав можливість виокремити тенденції особливостей їх дистанційного навчання в умовах воєнного стану, а саме – переважна більшість старшокласників стверджує, що: умови навчання дещо погіршилися; для дистанційних занять використовують лише телефон або планшет; у процесі дистанційних занять мають проблеми через перебої з Інтернетом; не мають труднощів з доступом до навчальних матеріалів, літератури; якість здобуття знань погіршилася; занепокоєні, що не отримають необхідної якісної освіти.

Аналіз відповідей учнів із загальноосвітніх шкіл безпечного регіону дав можливість виокремити тенденції особливостей їх дистанційного навчання в умовах воєнного стану: переважна більшість старшокласників стверджує, що: умови навчання дещо погіршилися; для участі у дистанційних заняттях мають окрему кімнату; у процесі дистанційного навчання використовують або особистий телефон, або планшет; не мають труднощів ні з Інтернетом в процесі дистанційного навчання, ні з доступом до навчальної літератури; не мають проблем сприйняття навчального матеріалу, бо до дистанційної форми занять вдалося повністю пристосуватися; переконані, що здобуття знань у цілому не змінилося; загалом не мають побоювання, що у результаті дистанційного навчання вони не отримають необхідної якісної освіти.

Порівняльний аналіз відповідей учнів із сімей ВПО та дітей з мукачівських шкіл дає можливість виокремити показники, де наявна велика різниця у судженнях респондентів, а саме:

- умови навчання істотно погіршилися (18,18% – школярі ВПО та 7,21% – школярі мукачівських шкіл);

- якість здобуття знань погіршилася (50% – учні із сімей вимушених переселенців та 31,53% учнів мукачівських шкіл);

- здобуття знань у цілому не змінилося (45,45% – учні із сімей вимушених переселенців та 52,25% учнів мукачівських шкіл);

- занепокоєння щодо неотримання якісної освіти в результаті дистанційного навчання в умовах воєнного стану не мають, проте ймовірність цього не виключають 31,53% опитаних учнів шкіл Мукачева та 18,18% учнів із сімей внутрішньо переміщених осіб;

- такого побоювання зовсім не мають 27,93% учнів мукачівських шкіл та 13,64% дітей, які залишили свої домівки та звичний спосіб життя;

- 26,13% школярів, які навчаються та проживають у найбільш безпечному регіоні країни, констатують, що деякою мірою побоюються, хоча усвідомлюють, що багато залежить від них самих. З-поміж дітей-переселенців цей варіант відповіді обрали 54,55%.

Різниця у відповідях старшокласників із сімей вимушених переселенців та школярів із шкіл Мукачева може бути зумовлена різними життєвими обставинами, які впливають на досвід дистанційного навчання: соціально-економічний статус та умови проживання; психосоціальний стан. Слід наголосити, що ці фактори можуть взаємодіяти і впливати на сприйняття ризиків та побоювань щодо якості освіти в умовах воєнного стану.

Важливо, щоб результати опитування стали основою для розроблення програм та проєктів, спрямованих на поліпшення навчання для дітей із внутрішньо переміщених сімей: спеціалізовані навчальні програми, психосоціальна підтримка, а також зміни в системі освіти, які будуть враховувати потреби цієї категорії учнів.

## **РОЗДІЛ 5.**

### **ПОШУКИ НОВОГО ДОМУ: ІНТЕГРАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ**

*Цей розділ дослідження висвітлює результат опитування внутрішньо переміщених осіб щодо: оцінки їхніх умов проживання, процесу інтеграції до нових соціальних умов, зміни психоемоційних станів на початку війни та через півроку активних воєнних дій, особливостей виконання професійних функцій в умовах воєнного стану, оцінки матеріального становища. Отримані відповіді зіставлено з відповідями, які надали викладачі університету (дорослі, які проживають і працюють в безпечному регіоні). Узагальнення та систематизація отриманих результатів дали можливість виокремити деякі особливості, психологічні феномени, що характеризують процес інтеграції переселенців до нової соціальної спільноти.*

#### **5.1. Оцінка умов проживання внутрішньо переміщених осіб**

Широкомасштабна війна росії проти України детермінувала переселення багатьох українців. Війна та переселення неодмінно викликають серйозний стрес. Українці, які змушені були змінити своє місце проживання через війну, стикаються з численними викликами та труднощами.

По-перше, це пов'язано із втратою стабільності та звичних умов. Зміна оточення, звичного соціального середовища, інфраструктури та побутових умов спричиняє відчуття втрати контролю над своїм життям. Люди звикли до певного режиму, і раптова його зміна викликає стрес.

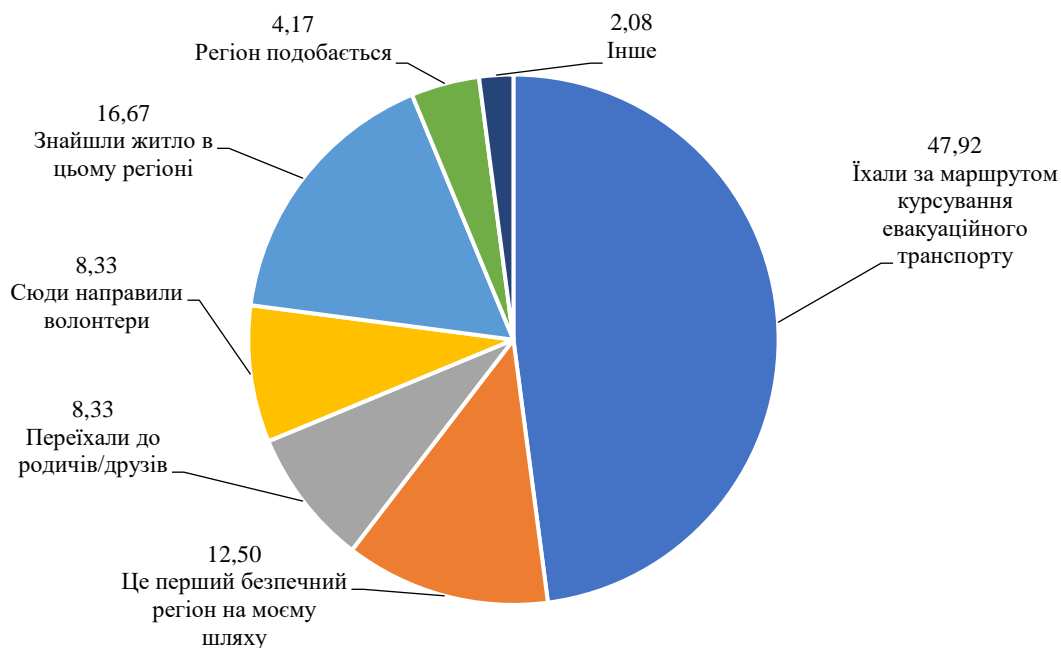
По-друге, переселенці стикаються з труднощами інтеграції в новому місці. Вони змушені адаптуватися до нового соціального середовища, встановлювати нові соціальні та професійні зв'язки. Це виявляється особливо важким, оскільки люди вже пережили стресові обставини через втрату домівок.

По-третє, емоційна та психологічна стійкість переселенців піддається великому тиску. Вони відчують тривогу, депресію та невизначеність щодо майбутнього. Підтримка з боку громади, психологічна допомога та можливість

взаємодії з іншими переселенцями можуть стати важливими факторами в подоланні цих труднощів.

Важливо розуміти, що переселення внаслідок війни є серйозним випробуванням для людей і суспільства в цілому. З метою підтримки переселенців, їх адаптації до нового соціального оточення та відновлення життя після трагічних подій проведено соціологічне опитування. В опитуванні здебільшого взяли участь переселенці, які проживають в гуртожитках Мукачівського державного університету. Тобто це ті, хто матеріально не може дозволити собі винайняти окрему квартиру або будинок.

Перше запитання анкети було: «Чому Ви переїхали в цей регіон?». Отримано такі відповіді: їхали за маршрутом курсування евакуаційного транспорту – 47,92%; знайшли житло в цьому регіоні – 16,67%; це перший безпечний регіон на моєму шляху – 12,5%; переїхали до родичів, друзів – 8,33%; сюди направили волонтери – 8,33% (рис. 5.1).



**Рис. 5.1. Причини вибору вимушеними переселенцями регіону проживання, %**

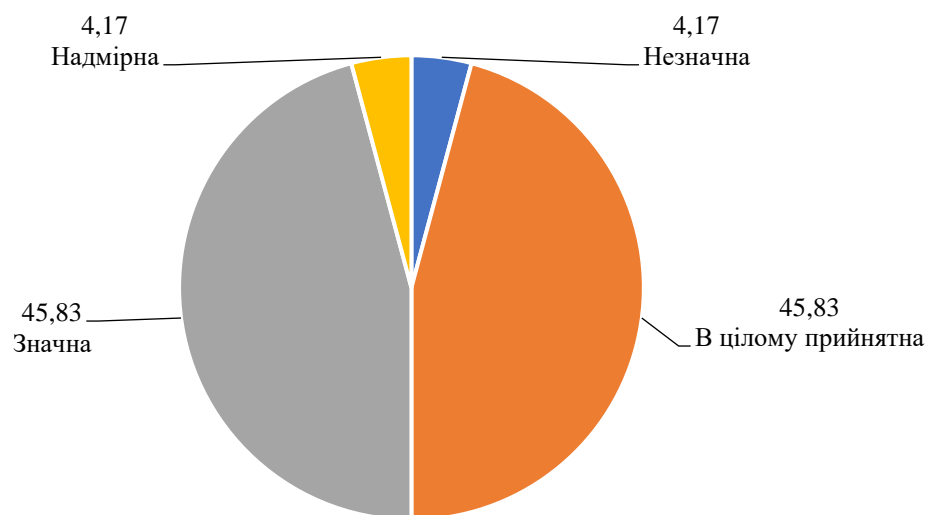
Узагальнюючи, зазначимо, що ВПО, які зупинилися в Закарпатті, рішення про евакуацію прийняли швидко і спонтанно. Це доводять відповіді досліджуваних про те, що сюди їх привіз евакуаційний транспорт. Необхідно також зазначити, що часто громадяни обирали Закарпаття як тимчасове місце, і



багато людей вирішили залишитися тут просто через випадковість та доступність. Закарпаття надає адекватну підтримку для переселенців, це і стало одним із головних мотиваторів для їхньої зупинки в цьому регіоні. Адже люди обирають місце проживання, де є необхідна допомога, робочі місця та інші ресурси. У Закарпатті є багато громадських організацій, які активно допомагають переселенцям у влаштуванні та адаптації, це також є вагомим привабливим фактором для залишення тут. Переселенці вважають Закарпаття більш безпечним та стабільним регіоном порівняно з іншими місцями.

На час проведення соціологічного опитування досліджувані перебували у статусі переселенців від 61 до 80 днів – 70,83%, від 81 до 100 днів – 20,83%, від 41 до 60 днів – 6,25%, від 21 до 40 днів – 2,08%

Проте важливо також, як оцінюють люди тривалість свого перебування у нових умовах: незначною, в цілому прийнятною, значною, надмірною. Отримано цікаві результати, а саме: 45,83% вважають тривалість перебування в умовах тимчасового проживання в цілому прийнятною, 45,83% – значною (рис. 5.2).



**Рис. 5.2. Оцінка переселенцями тривалості власного перебування в умовах тимчасового проживання, %**

Таке різне сприйняття переселенцями перебування у нових умовах зумовлене різними факторами, які впливають на їхній досвід інтеграції та адаптації. Кожна людина має свої власні особливості, досвід та потреби. Саме

такі чинники як психологічна стійкість, рівень оптимізму, соціальні навички і формують сприйняття людиною нових умов проживання. Також і взаємодія з місцевим населенням відіграє важливу роль у відчутті сприйняття. Якщо є позитивне сприйняття соціального оточення, то це робить перебування більш позитивним.

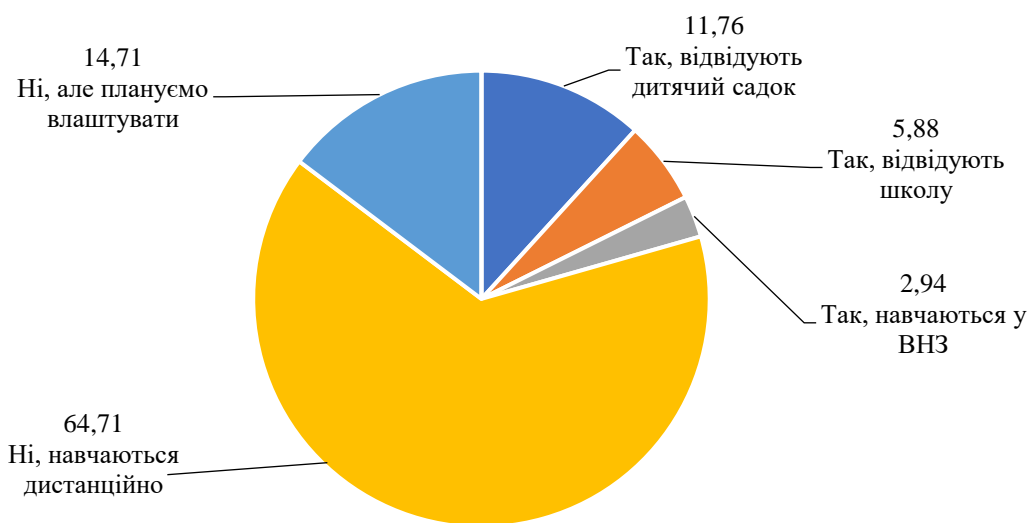
Якщо інфраструктура в місці тимчасового проживання надає достатню підтримку, люди вважають своє перебування прийнятним. Інші вважають його значним, якщо їхні потреби не забезпечуються належним чином. ВПО сприймають своє перебування як прийнятне, якщо є можливість працевлаштування та отримання освіти. Наявність можливостей працевлаштування та освітніх ресурсів може суттєво впливати на загальний комфорт переселенців.

Підтвердженням того, що більшість переселенців задоволені рівнем соціальної інфраструктури та соціального забезпечення теперішнього проживання є такі відповіді: цілком задоволені 83,33% переселенців, частково задоволені – 12,5%, не задоволені – 4,17%

Критерієм інтеграції переселенців до нового соціального середовища є їхня (або членів їхніх сімей) залученість у різні соціальні інституції. На запитання «Чи відвідують діти дошкільні/навчальні заклади у місці теперішнього перебування?» переселенці відповіли таким чином: ні, навчаються дистанційно – 64,71%; ні, але плануємо влаштувати – 14,71%; так, відвідують дитячий садок – 11,76%; так, відвідують школу – 5,88%; так, навчаються у ВНЗ – 2,94% (рис. 5.3).

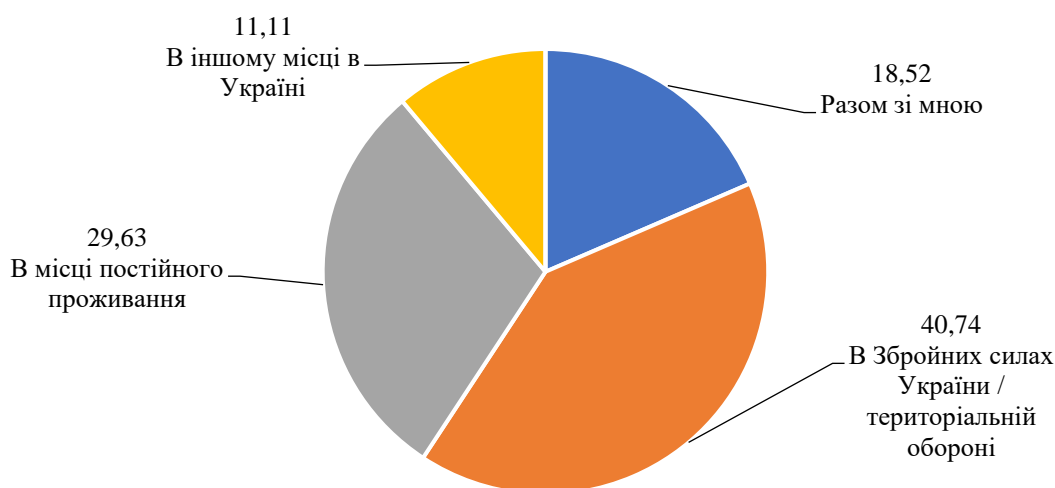
Ймовірно, що однією з причин невідвідування більшістю переселенців навчальних закладів є те, що переселення відбулося посеред навчального року. Це і є причиною того, що багато дітей навчаються дистанційно або батьки планують їх влаштувати в новий навчальний заклад у найближчому майбутньому. Також слід враховувати й інші ймовірні фактори, які можуть впливати на рішення переселенців не влаштовувати дітей у навчальні заклади – такі як культурні відмінності, мовні бар'єри, проблеми з документами або

доступом до освітніх послуг. Для кращого розуміння ситуації корисно провести додаткові дослідження та спілкування з переселенцями, щоб визначити основні фактори, що впливають на влаштування дітей у навчальні заклади.



**Рис. 5.3. Залученість дітей із сімей ВПО до навчальних закладів за місцем проживання, %**

Більшість переселенців, які взяли участь в опитуванні, – це жінки з дітьми. Вони зазначають, що їхні чоловіки (жінки) служать в ЗСУ (40,74% опитаних). 29,63% констатують, що чоловіки (жінки) перебувають за місцем постійного проживання; 18,52% – живуть в Мукачеві разом з сім'єю (рис. 5.4).



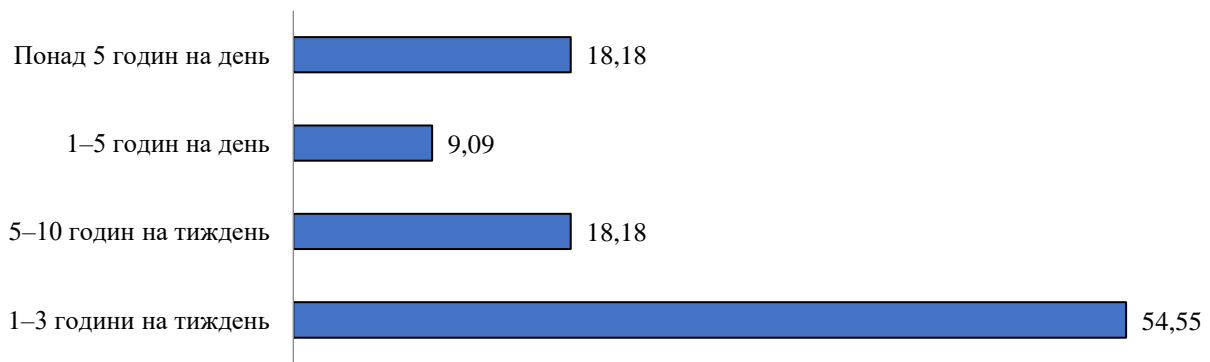
**Рис. 5.4. Місце перебування членів сімей ВПО, %**

З урахуванням цих результатів можна зробити висновок, що допомога ЗСУ є важливою для переселенців. Адже через участь чоловіків (жінок) в ЗСУ родини відчувають певний ступінь загрози та нестабільності. Таким чином, волонтерство та допомога воїнам стали важливою частиною життя українців, які залишили свої домівки, зокрема переселенців в Мукачеві, з різних причин: солідарність та патріотизм; ризик для родин; необхідність підтримки бійців та їх родин; усвідомлення важливості внеску.

Відчуття солідарності та патріотизму відіграє ключову роль в українському суспільстві. Багато людей відчувають моральний обов'язок допомагати тим, хто стоїть на захисті країни, зокрема в Збройних Силах України.

Участь чоловіків та жінок в ЗСУ може викликати серйозні страхи та занепокоєння в родинях, особливо жінок з дітьми. Волонтерство стає засобом прояву підтримки та виявлення турботи про тих, хто захищає країну. Воїни, які залишили свої сім'ї та дітей, потребують підтримки у різних аспектах, таких як соціальна, економічна та психологічна. Волонтери виконують важливу роль у забезпеченні цієї підтримки та сприяють успішній реінтеграції сімей у новому місці проживання. Люди відчувають, що їх власний внесок, навіть невеликий, може мати велике значення для тих, хто стикається з викликами на передовій.

Узагальнюючи, зазначимо, що волонтерство та допомога воїнам стали не тільки виявом підтримки армії, але й способом сприяти єднанню громадян та допомоги тим, хто потребує підтримки у важкі часи. Причому слід наголосити, що 87,50% опитаних переселенців зазначили, що не мають попереднього досвіду волонтерства. Відповідно, важливим є питання щодо часу, який займає волонтерство та допомога іншим. Вимушені переселенці зазначили, що: надають допомогу іншим від 1 до 3 годин на тиждень – 54,55%; від 5 до 10 годин на тиждень – 18,18%; понад 5 годин на день – також 18,18%; від 1 до 5 годин на день – 9,09% (рис. 5.5).



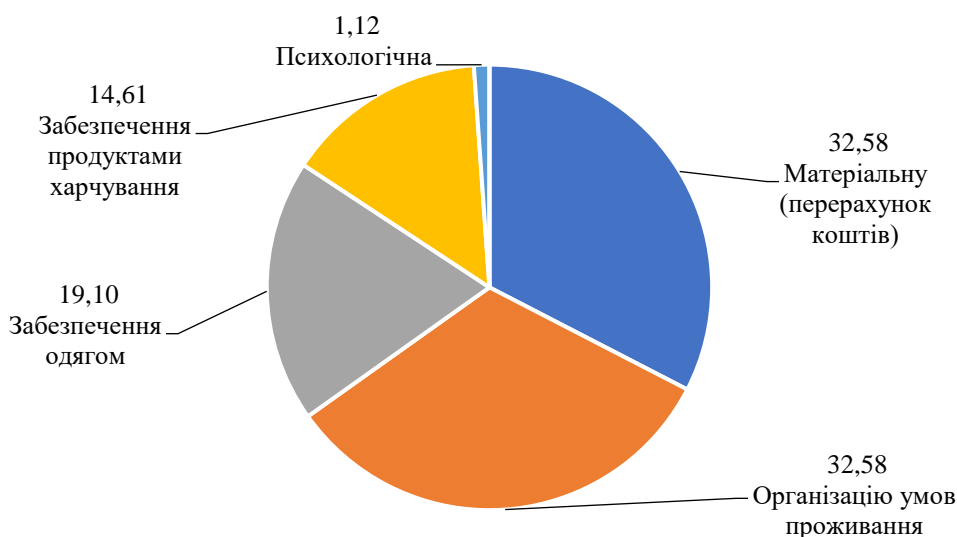
**Рис. 5.5. Тривалість часу допомоги, яку надавали переселенці іншим, %**

На запитання «Яку допомогу Ви надавали?» більшість опитаних відповіли: матеріальну – 42,50%; організація закупівлі техніки для бойових дій – 10%; організація харчування – 10% (рис. 5.6).



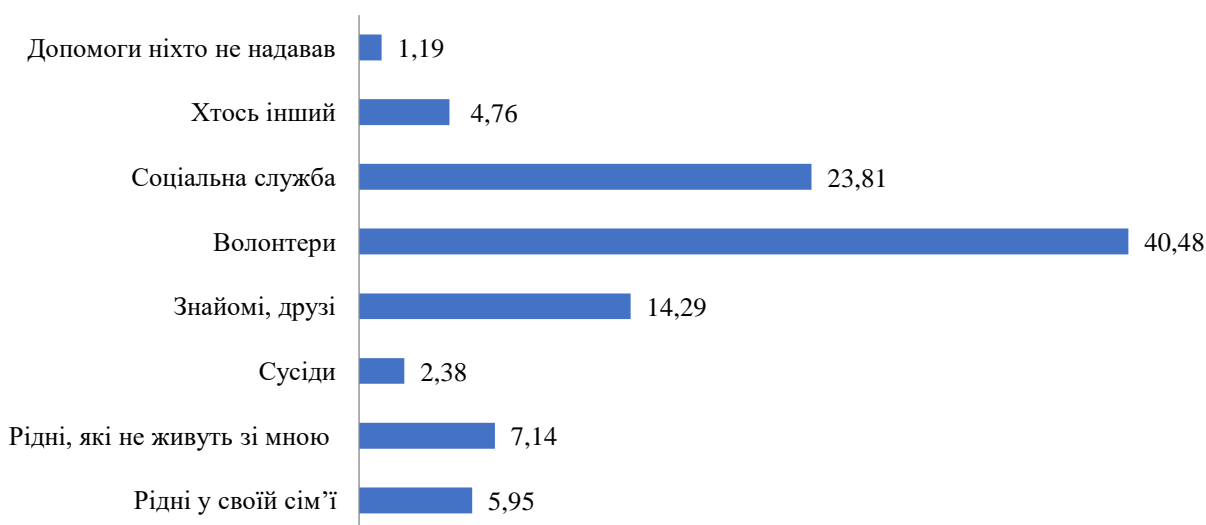
**Рис. 5.6. Види допомоги, яку здійснювали внутрішньо переміщені особи, %**

Внутрішньо переміщені особи виявили велику мужність та патріотизм допомагаючи ЗСУ та іншим, в той час коли самі потребували допомоги. Опитані зазначили, що їм найбільше було потрібно: матеріальної підтримки (32,58%); допомоги в організації умов проживання (32,58%); одяг (19,10%); продукти харчування (14,61%) (рис. 5.7)



**Рис. 5.7. Потреби внутрішньо переміщених осіб, %**

На запитання, хто надав переселенцям допомогу, опитані зазначили: волонтери (40,48%); соціальні служби (23,81%); знайомі, друзі (14,29%) (рис. 5.8).



**Рис. 5.8. Надавачі допомоги внутрішньо переміщеним особам, %**

Результати опитування свідчать про високий рівень самоорганізації та готовності простих громадян надавати допомогу переселенцям. Факт, що понад 40% опитаних вказали на волонтерів як основне джерело допомоги, свідчить про активну роль цих осіб у наданні підтримки. Волонтери зазвичай є добровольцями, що діють від імені громади та надають різноманітну допомогу, включаючи матеріальну, емоційну та інші види підтримки.

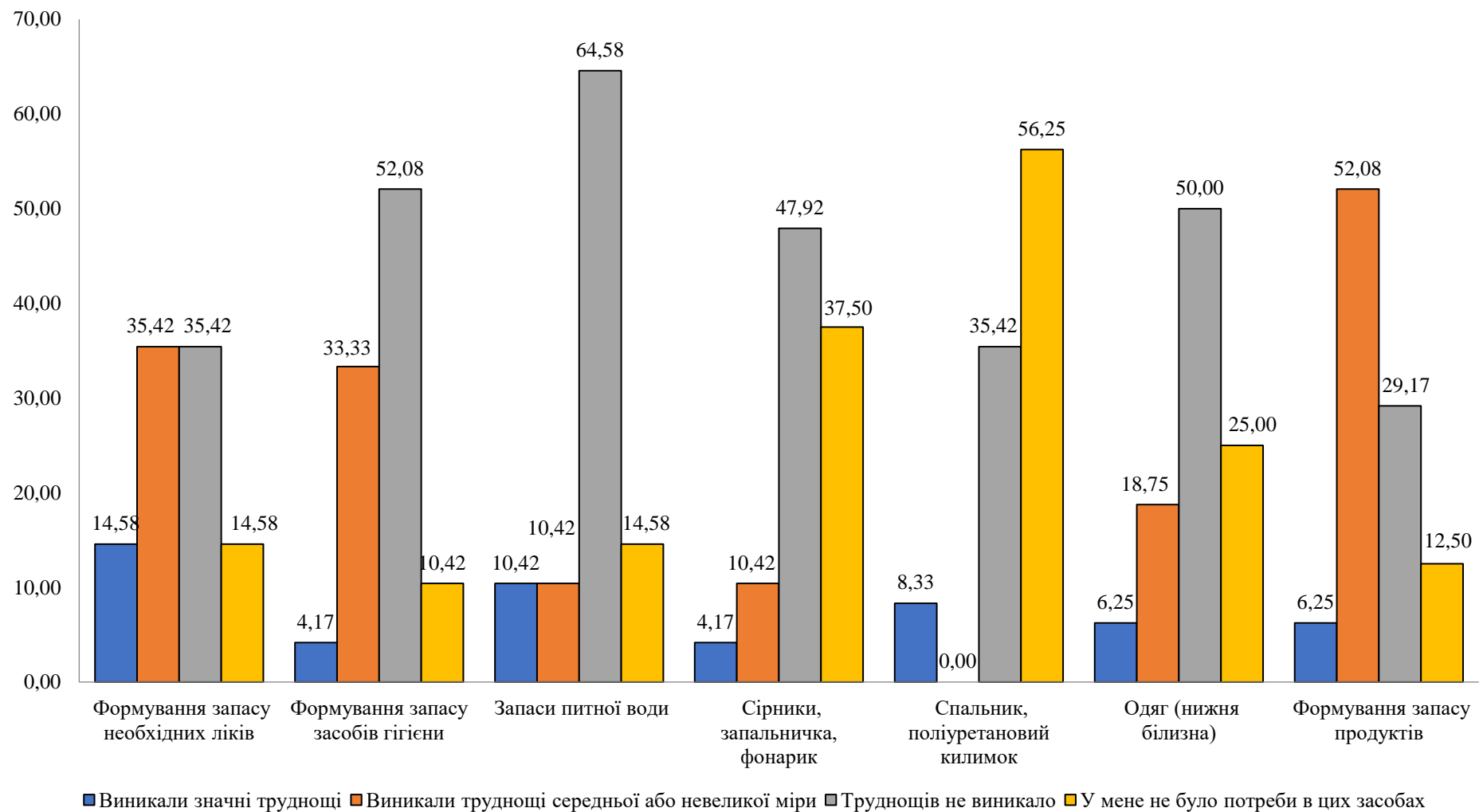
Те, що 23,81% опитаних вказали на допомогу соціальних служб, доводить, що уряд та неприбуткові організації активно надають допомогу в умовах внутрішнього переміщення. Це включає правову, соціальну та економічну підтримку.

Інший важливий аспект – 14,29% опитаних зазначили, що отримали допомогу від знайомих та друзів. Це свідчить про міцні соціальні зв'язки в громаді та готовність людей допомагати одне одному в складних ситуаціях.

Опитані також зазначили, що за період перебування в умовах воєнного стану неодноразово потребували соціальної допомоги (77,08%), а разової допомоги потребували 12,5%. У цілому, висока частка допомоги, що стосується волонтерів, соціальних служб та підтримки від знайомих, свідчить про важливість громадської солідарності та готовності громадян допомагати тим, хто опинився у складних життєвих обставинах.

Необхідно наголосити, що перші дні війни стали серйозним викликом для багатьох українців, які вимушені були залишити звичне життя і терміново евакуюватися. Очевидно, що багато людей не мали елементарних речей першої необхідності, документів, бо не мали змоги і часу для того, щоб зібрати власні речі. Опитані вказали на труднощі, які у них виникли у перші дні війни (див. рис. 5.9): здебільшого це були потреби в ліках, засобах гігієни та одязі.

Введення воєнного стану є серйозним державним рішенням, яке вимагає ретельного обґрунтування та врахування певних обставин. Реалізація воєнного стану дає змогу державі: вживати необхідних заходів для відбиття загроз та ворожих атак; ефективно мобілізувати ресурси, необхідні для ведення війни (людські, фінансові та економічні); вживати додаткових заходів для збереження громадського порядку та контролю над ситуацією; приймати швидкі та ефективні рішення в умовах надзвичайних обставин. Важливо, щоб громадяни розуміли необхідність введення воєнного стану, відчували підтримку держави та були готові підтримати країну в цьому важливому рішенні для досягнення миру та стабільності.



**Рис. 5.9. Труднощі (потреби), які виникли у біженців під час евакуації у перші дні війни, %**



На запитання анкети «Наскільки Ви ознайомлені з правовим режимом воєнного часу?» внутрішньо переміщені особи відповіли таким чином: 60,42% володіють цією інформацією у загальних рисах; 39,58% повністю володіють цією інформацією (табл. 5.1).

Таблиця 5.1

### Поінформованість переселенців про правовий режим воєнного стану

Ступінь поінформованості	%
Повністю володію цією інформацією	39,58
Володію цією інформацією у загальних рисах	60,42
Не володію цією інформацією / така інформація мене не цікавить	0,00

Процентна розподіленість відповідей на запитання анкети свідчить, що значна частина ВПО володіє інформацією про правовий режим воєнного часу у загальних рисах (60,42%), а інша частина повністю володіє цією інформацією (39,58%). З цього можна зробити певні висновки.

Те, що більшість ВПО володіють інформацією у загальних рисах, вказує, що вони свідомі основних аспектів правового режиму воєнного часу. Це є важливим у контексті їхньої орієнтації в умовах війни та воєнного стану. Ті, хто сповна володіє інформацією, мають глибокий рівень розуміння та обізнаності з правилами воєнного стану. Це вказує на активну підтримку рішення держави про введення воєнного стану, оскільки ці люди готові адекватно реагувати на такі ситуації та адаптуватися до них.

На наступне важливе запитання «Наскільки Вам вдається дотримуватись правил воєнного стану?» отримано відповіді: вдається дотримуватися сповна – 58,33%; в цілому дотримуватися вдається, проте не в усьому – 41,67% (табл. 5.2). Причому опитані зазначають, що воєнний стан створює фізичні незручності: практично в усьому – 27,08%; частково створює – 54,17%; не створює – 18,75%.

Таблиця 5.2

## Дотримання переселенцями правил воєнного стану

Ступінь дотримання переселенцями правил воєнного стану	%
Вдається дотримуватись сповна	58,33
В цілому дотримуватись вдається, проте не в усьому	41,67
Здебільшого не вдається дотримуватися	0,00
Не бачу в цьому потреби	0,00

Узагальнюючи результати, можемо констатувати, що вони вказують на певну загальність у відповідях учасників, це є результатом деякої консистентності в їх сприйнятті та реакції на запитання, пов'язані з правовим режимом воєнного стану.

Більшість внутрішньо переміщених осіб (60,42%) володіють інформацією про правовий режим воєнного часу у загальних рисах. Це свідчить, що з-поміж опитаних інформаційний рівень в цьому питанні досить високий. Слід зазначити, що ті, хто сповна володіє інформацією про правовий режим воєнного часу, повідомляють, що їм цілком вдається дотримуватися правил воєнного стану. Це доводить, що розуміння правил може сприяти їх дотриманню. Результати також вказують на те, що більшість опитаних вважають, що воєнний стан створює фізичні незручності.

Загалом, взаємозв'язок поінформованості, дотримання правил та визначення фізичних незручностей може вказувати на те, що опитувані розуміють важливість дотримання правил в умовах воєнного стану, навіть за наявності труднощів.

### **5.2. Вплив війни на психологічне та фізичне самопочуття внутрішньо переміщених осіб**

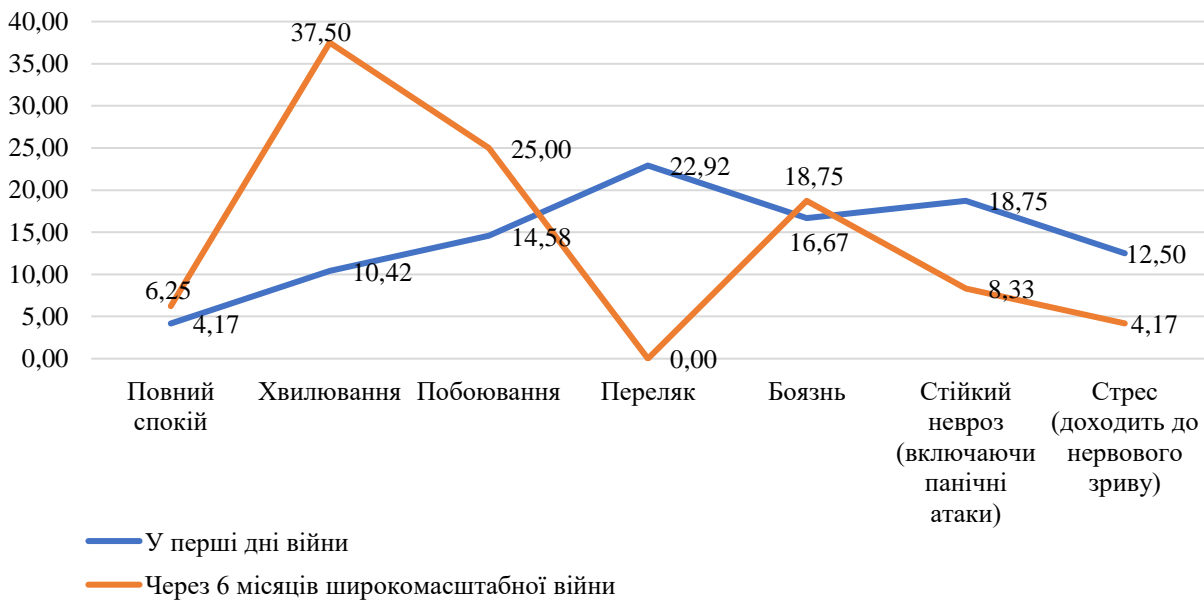
Нині у багатьох дослідженнях науковці формулюють проблему колективного стресу. Для розуміння цього питання необхідно розглянути, які почуття та емоції були в людей на початку війни і як вони змінювалися потім. Тому нами проведено соціологічне опитування, яке діагностувало самопочуття переселенців на початку воєнної агресії та через півроку повномасштабної війни.

Необхідно зазначити, що переважна більшість вибірки досліджуваних переселенців – це жінки (з дітьми) середнього віку.

Проведене соціологічне опитування є дуже важливим і актуальним. Адже війна та воєнні дії відзначаються великим психологічним тиском на населення. Розуміння, як почуття та емоції еволюціонують від початку війни до пізніших її етапів, може допомогти визначити конкретні аспекти, які впливають на психічне здоров'я. Дослідження стану людини під час війни дає можливість визначити, як люди реагують на стресові ситуації та як це може вплинути на їхню здатність адаптуватися до нових умов.

Результати опитування допоможуть в розробленні і впровадженні стратегій та програм підтримки для тих, хто потерпає від стресу та травм під час війни. Це може включати індивідуальну психотерапію, групову підтримку та інші методи. Розуміння психологічного стану населення є важливим елементом управління кризовими ситуаціями та планування реагування на такі події.

Досліджувані зазначили, що на початку війни (коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною) вони відчували такі психоемоційні стани (ряд показників представлений за спаданням): «переляк» (22,92%), «стійкий невроз (включаючи панічні атаки)» (18,75%), «боязнь» (16,67%), «побоювання» (14,58%), «стрес, який доходить до нервового зриву» (12,5%), «Хвилювання» (10,42%), «Повний спокій» (4,17%) (рис. 5.10).



**Рис. 5.10. Показники психологічного стану внутрішньо переміщених осіб, %**

Високий показник відчуття переляку свідчить про те, що багато людей зреагували на новину про війну невпевненістю та тривогою. Це пов'язано зі страхом невизначеності, загрози життю або страхом за долю близьких. Показники за шкалою «Стійкий невроз» вказують на те, що частина осіб відчувала більш серйозний рівень стресу, який детермінує невротичні реакції, панічні атаки. Це є результатом глибшого переживання загрози та неспокою. Показники за шкалами «Боязнь» і «Побоювання» віддзеркалюють загальний страх та неспокій перед майбутнім. Високий показник стресу, який доходить до нервового зриву, свідчить про те, що дехто вже переживав серйозні психологічні труднощі на ранніх етапах війни. Показник за шкалою «Хвилювання» вказує на загальне відчуття тривоги та напруженості, але без серйозних форм стресу. Найменший відсоток осіб, які відчувають повний спокій, вказує на відсутність серйозного впливу воєнних подій на їхні психоемоційні стани.

Зазначимо, що отримані показники є відносно однорідними. Патріотичні настрої сильно вплинули на сприйняття та реакцію на війну. Українці проявили високий рівень психологічної стійкості та здатності впоратися із стресом заради спільної мети.

Важливо порівняти отримані результати з результатами дослідження дорослих – викладачів університету, які проживають та працюють у безпечному

регіоні. На початку війни вони визначили у себе наявність чітко виражених трьох шкал психоемоційних станів: «Хвилювання» – 40%, «Переляк» – 21,82%, «Побоювання» – 19,09% (див. рис. 3.9). За цими шкалами ВПО продемонстрували такі показники: «Хвилювання» – 10,42%, «Переляк» – 22,92%, «Побоювання» – 14,58%. Очевидно, що найбільша різниця - за шкалою «Хвилювання». Отримано цікавий парадокс: ті, хто пережив жахи війни, бачив смерть, залишив власну домівку, мали б мати вищий рівень хвилювання. Отже, той, що хто живе у безпеці, більше хвилюється, тобто має вищий рівень тривоги. Такий парадокс може бути пояснений психологічними механізмами і факторами. Це явище детермінується певними психологічними особливостями: поняття контролю; травматичні спогади та стресові події; стан перехідного стресу.

*Поняття контролю.* Люди, які втратили контроль над своїм життям через втрату домівки чи переміщення, відчувають себе більше безпомічними та вразливими, що сприяє високому рівню тривоги. Але травматичні події у них залишилися вже позаду. З іншого боку, ті, хто мешкають у безпечному регіоні, також відчувають, що вони не контролюють подій у навіть віддаленому від війни місці, що суттєво збільшує тривогу. Причому вони перебувають у стані очікування наслідків війни. Це ще більше посилює хвилювання.

*Травматичні спогади та стресові події.* Переселенці, які пережили жахливі ситуації та втрати, можуть мати травматичні спогади та досвід стресових подій, які й надалі впливають на їхній психоемоційний стан. Це може призводити до тривожних реакцій. Особи, які проживають у безпечному регіоні, знають про жахіття війни і очікують, що вони прийдуть і у їхні домівки. Саме це очікування посилює хвилювання.

*Стан перехідного стресу.* Особи, які перебувають у безпеці, переживають стрес через невизначеність, загрозу для майбутнього або постійне відчуття тривоги через події в інших регіонах.

Цей психологічний ефект свідчить про важливість надання підтримки та психологічної допомоги не лише тим, хто безпосередньо стикається зі

стріляниною чи втратами, але й тим, хто переживає стрес внаслідок війни у віддалених регіонах.

Через півроку широкомасштабної війни ВПО самовизначили в себе наявність таких показників психоемоційних станів: «хвилювання» (37,50%), «побоювання» (28,18%), «боязнь» (18,75%), «стійкий невроз» (8,33%), «повний спокій» (6,25%), «стрес» (4,17%).

Цікаво порівняти отримані результати з показниками, які продемонстрували викладачі у тому ж часі діагностування: «хвилювання» (56,36%), «побоювання» (28,18%), «стійкий невроз» (3,64%), «стрес» (0%) тощо. Тобто показники, отримані на вибірці внутрішньо переміщених осіб, стають більш подібними до показників, які продемонстрували дорослі із безпечного регіону. Однак зберігається значима різниця за шкалою «Хвилювання» (внутрішньо переміщені особи – 37,5%, викладачі – 56,35%). Це доводить, що і через півроку має місце психологічний феномен – ті, хто проживають у безпечному регіоні, хвилюються значно глибше та більше.

Психологам потрібно звернути на це явище увагу та провести корекцію з дорослими цього феномену.

Ґрунтовніше розглянемо тенденції, які демонструють досліджувані. А саме: діагностовано суттєве зростання показників за шкалами: викладачі – «Хвилювання» та «Побоювання»; ВПО – «Хвилювання» та «Побоювання». Діагностовано суттєве зменшення показників за шкалами: викладачі – «Переляк»; ВПО – «Переляк» та «Стойкий невроз». Отже, констатовано, що всім досліджуваним, незалежно від категорії вибірки (чи це особи, які проживають у безпечному регіоні, чи це внутрішньо переміщені особи), притаманні однакові тенденції щодо зміни психоемоційних станів: збільшення показників за шкалами «Хвилювання» та «Побоювання»; зменшення показників за шкалою «Переляк».

*Збільшення показників за шкалами «Хвилювання» та «Побоювання».* Збільшення показника «Хвилювання» пов'язане зі стресом та тривогою, які виникають через невизначеність ситуації під час війни. Нестабільність і загроза призводять до постійного напруження та тривоги людей. Збільшення показника

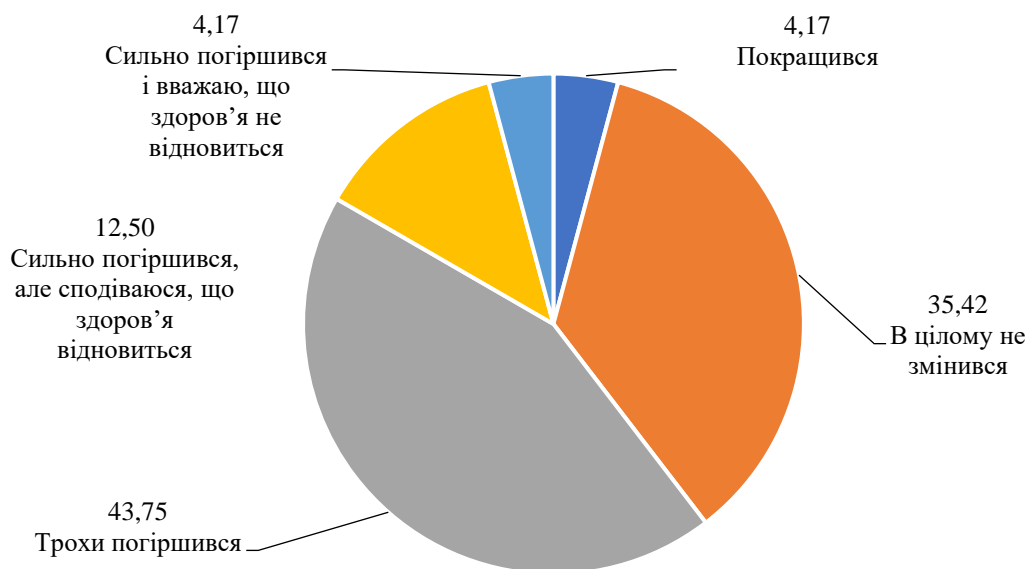
«Побоювання» є наслідком посиленої збудженості та тривожності перед можливими небезпеками. Воєнні події, зовнішня загроза та втрата стабільності створюють психоемоційний тиск.

*Зменшення показників за шкалою «Переляк».* Це свідчить про адаптацію або звикання до нових умов життя. Люди виробляють стратегії, які допомагають їм пристосовуватися до стресових ситуацій. Зменшення рівня переляку є результатом внутрішньої резильєнтності та пошуку способів психологічного захисту.

Загальна тенденція збільшення показників шкал «Хвилювання» та «Побоювання», а також зменшення показників за шкалою «Переляк», свідчить про негативний вплив воєнних подій на людей. Адаптація до нових умов може бути трудомісткою, і люди можуть реагувати зростанням тривоги та стресу перед невизначеністю майбутнього. Ці результати повинні слугувати основою для розроблення програм психологічної підтримки та реабілітації для жителів, які переживають війну, та внутрішньо переміщених осіб. Також важливо враховувати, що психологічний стан може змінюватися з часом, і додаткові дослідження можуть допомогти вдосконалити стратегії підтримки населення в умовах війни.

Психоемоційний стан значно впливає на стан фізичного здоров'я людини. Психологічний стрес викликає фізіологічні реакції в організмі, є фактором ризику для розвитку хронічних захворювань. Отже, підтримка психічного благополуччя може мати позитивний вплив на загальний стан організму та сприяти збереженню фізичного здоров'я.

На запитання «Як Ви оцінюєте стан Вашого здоров'я на сьогодні?» переселенці дали відповіді, наведені на рис. 5.11.



**Рис. 5.11. Самооцінка внутрішньо переміщеними особами стану власного здоров'я, %**

Результати опитування щодо оцінки стану здоров'я переселенців засвідчують взаємозв'язок психоемоційного стану і фізичного здоров'я в умовах внутрішнього переміщення та переживання воєнних подій, а саме:

- трохи погіршився – 43,75%. Ця група об'єднує людей, які відчують певний рівень стресу або нестабільності через втрату домівки та зміни у соціальному середовищі. Погіршення стану здоров'я може бути результатом адаптаційних труднощів та стресового періоду;

- в цілому, не змінився – 35,42%. Люди, які відчують, що їхній стан здоров'я залишається стабільним, мають більшу стійкість до психологічних викликів та більш ефективні стратегії адаптації;

- сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться, – 12,5%. Ці відповіді вказують на тих, хто переживає серйозні труднощі, але залишає певний оптимізм щодо майбутнього та можливостей відновлення здоров'я;

- сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться, – 4,17%. Ця група об'єднує людей, які стикаються зі значними труднощами у збереженні фізичного здоров'я, що пов'язано з важкими умовами життя або медичними проблемами;



• покращився – 4,17%. Люди, які відчувають поліпшення стану здоров'я, знаходяться в ситуації, де їхні особисті та соціальні умови стали більш сприятливими для покращення.

З метою конкретизації даного запитання переселенці зазначають, що: іноді нездужають на звичайні хвороби (54,17%); здоров'я не дуже міцне, часто хворію (16,67%); маю хронічне захворювання (14,58%); здоров'я міцне (10,42%); маю інвалідність (4,17%). Ці результати щодо стану здоров'я переселенців надають більше інформації і конкретизують їхню фізичну стійкість та ситуацію зі здоров'ям.

Люди, які стверджують, що іноді нездужають на звичайні хвороби, переживають нормальні медичні проблеми, що виникають у будь-якій групі населення. Це також засвідчує, що ситуація переміщення та воєнних дій не має серйозного впливу на їхню загальну фізичну стійкість.

Досліджувані, які зазначають, що у них здоров'я не дуже міцне, часто хворіють, відчувають незначне погіршення здоров'я через стрес та адаптаційні труднощі. Психологічний стрес призводить до зниження імунітету, що робить людей більш схильними до частих захворювань.

Група людей з хронічними захворюваннями відображає тих, хто вже мав певні медичні проблеми до виникнення ситуації переміщення або воєнних подій. Погіршення психоемоційного стану підсилює симптоми хронічних захворювань.

Індивіди, які вважають своє здоров'я міцним, мають більш ефективні стратегії адаптації та позитивне ставлення до життя. Це впливає на їхній психоемоційний стан і сприяє загальному фізичному здоров'ю.

Особи з інвалідністю стикаються з особливими викликами та обмеженнями, які впливають на їхній психоемоційний стан і загальне фізичне здоров'я.

Ці результати підтверджують взаємозв'язок між психічним станом та фізичним здоров'ям. Переселенці, які переживають стрес та адаптаційні труднощі, можуть бути більш схильні до різних фізичних проблем. Все зазначене доводить важливість психологічної та медичної підтримки для переселенців,

оскільки їхні переживання та емоції впливають на фізичний стан. На підставі цих результатів може бути розроблено програми інтегрованої підтримки, спрямовані на поліпшення загального благополуччя та здоров'я цієї групи населення.

### **5.3. Професійна адаптація внутрішньо переміщених осіб**

Адаптація переселенців до нових умов і соціального середовища, зокрема в Закарпатті, має велике значення для їхнього психологічного благополуччя. Важливою частиною соціальної адаптації є розвиток внутрішньо переміщених осіб у професійній сфері. Здатність працювати і розвиватися в професійному плані, насамперед, забезпечить переселенцям економічну стабільність. Робота допомагає їм відновити соціальну ідентичність та інтегруватися в нове оточення. Розвиток у сфері професії також надає можливість ВПО отримати нові навички і вміння, що можуть бути корисними для подальшого розвитку кар'єри та адаптації до змін в економіці та суспільстві.

Робота також є засобом відволікання від стресових переживань та допомагає переселенцям зосередитися на позитивних аспектах свого життя. Зайнятість створює відчуття значимості та самостійності. Слід наголосити, що професійний успіх позитивно впливає на самооцінку переселенців. Сприяння їхньому розвитку та успіху в нових сферах може допомогти відновленню втрачених відчуттів самостійності та власної цінності. Робоче оточення є місцем формування нових соціальних зв'язків та отримання підтримки від колег. Це допомагає створити відчуття спільноти та приналежності.

У контексті важливих втрат та стресу, пов'язаного з переселенням, можливість розвиватися у професійній сфері надає людям реальні перспективи на майбутнє та сприяє їхній адаптації до нових умов життя.

На запитання «Як вплинуло введення воєнного стану на Вашу участь у професійній самореалізації?» переселенці зазначили таке: умови професійної діяльності істотно погіршилися – 47,92%; умови професійної діяльності відсутні – 25,0%; умови діяльності дещо погіршилися – 16,67%; умови професійної діяльності в цілому не змінилися – 4,17% (табл. 5.3).

### Самооцінка переселенцями впливу воєнного стану на реалізацію професійної діяльності

Умови виконання професійної діяльності	%
Умови професійної діяльності дещо погіршилися	16,67
Умови професійної діяльності істотно погіршилися	47,92
Умови професійної діяльності в цілому не змінилися	4,17
Умови професійної діяльності дещо покращилися	2,08
Умови професійної діяльності відсутні	25,00
Інша думка	4,17

Результати опитування вказують на значний вплив введення воєнного стану на професійну самореалізацію внутрішньо переміщених осіб, а саме на істотне погіршення умов професійної діяльності (самореалізації). Такий факт є дуже важливим і має широкі соціальні та економічні наслідки.

Істотне погіршення умов професійної діяльності означає обмежені можливості для особистого та професійного розвитку. Це впливає на кар'єрні перспективи та здатність досягати нових висот у сфері праці. Погіршення умов для професійної самореалізації призводить до економічної невпевненості. Одна з основних функцій праці – забезпечення фінансового благополуччя. Якщо ця можливість обмежується, це рано чи пізно призведе до економічних труднощів для переселенців та їхніх сімей.

Погіршення умов професійної діяльності викликає психологічний стрес та невпевненість у майбутньому. Люди відчують себе невпевненими, втраченими та незахищеними, що впливає на їхній психоемоційний стан. Негативні зміни в умовах професійної діяльності також впливають на спільноту в цілому. Зменшення можливостей для реалізації потенціалу породжує напругу та незадоволення в людей.

Якщо умови професійної діяльності погіршуються, то це сильно впливає на молодше покоління, обмежуючи їхні можливості вибору та реалізації своїх професійних амбіцій.

Узагальнюючи, підкреслимо, що істотне погіршення умов професійної діяльності має широкий спектр наслідків для індивідів і суспільства в цілому, особливо в умовах внутрішнього переміщення та війни. Такий результат свідчить про необхідність прийняття ефективних заходів для поліпшення умов праці та створення умов для професійного розвитку в умовах війни та переміщення.

Розглянемо отримані результати детальніше.

- Умови професійної діяльності істотно погіршилися (47,92%). Ця відповідь свідчить про те, що введення воєнного стану суттєво вплинуло на робочі умови переселенців, зробивши їх менш комфортними або безпечними. Це може бути пов'язано з економічною нестабільністю, обмеженнями у свободі пересування або загальним стресом, який виникає через воєнну ситуацію.

- Умови професійної діяльності відсутні (25,0%). Цей показник констатує, що частина ВПО перебуває у складних умовах без можливості професійної самореалізації.

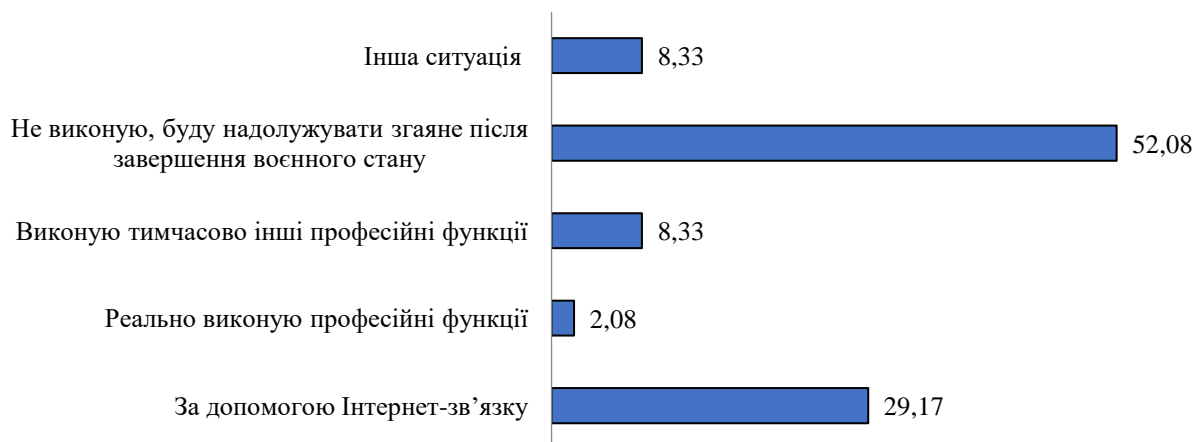
- Умови професійної діяльності дещо погіршилися (16,67%). Люди, які так відповіли, відчувають вплив війни на їхню професійну сферу, але при цьому залишаються в змозі займатися самореалізацією. Це може включати зміни в робочих умовах, зменшення можливостей кар'єрного зростання чи інші обмеження.

- Умови професійної діяльності в цілому не змінилися (4,17%). Такі відповіді, є результатом того, що деякі сфери діяльності або робочі місця не були прямо зачеплені війною.

Дані результати підкреслюють важливість розуміння впливу воєнного стану на професійну сферу переселенців та необхідність розроблення підтримки для їхнього відновлення та розвитку у нових умовах. Також вони можуть бути основою для розроблення програм, спрямованих на поліпшення умов праці для цієї групи людей.

Задля конкретизації попереднього запитання переселенців також запитали: «Як Ви організуєте свою професійну діяльність в умовах воєнного стану?».

Отримано такі відповіді (рис. 5.12): не виконую, буду надолужувати згаяне після завершення воєнного стану (52,08%); за допомогою Інтернет-зв'язку (29,17%); виконую тимчасово інші професійні функції (8,33%).



**Рис. 5.12. Способи виконання переселенцями професійної діяльності**

Отримані результати опосередковано свідчать, що внутрішньо переміщені особи не прагнуть інтегруватися в нове соціальне середовище, не прагнуть шукати нові професійні функції. Це є негативний результат, бо невиконання професійної роботи призведе до економічної нестабільності для переселенців та їхніх сімей. Відсутність доходу суттєво ускладнить забезпечення базових потреб, таких як харчування, житло та медична допомога.

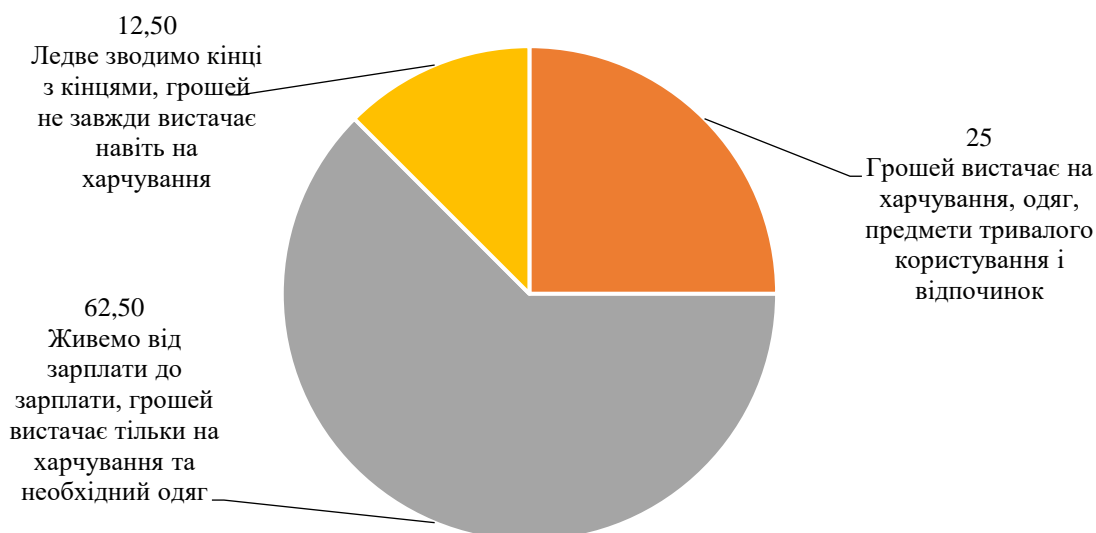
Також слід наголосити, що невиконання професійної діяльності вплине і на розвиток та підтримку професійних навичок. У зв'язку з цим збільшиться ризик втрати актуальних знань і вмінь, що ускладнить подальшу інтеграцію на ринку праці після війни. Взяття перерви в професійній діяльності ускладнить подальший вхід на ринок праці через втрату контактів, мережі професійних зв'язків та можливостей.

Відмова від професійної діяльності та намір надолужувати згаяне після скасування воєнного стану призведе до соціальної ізоляції та відчуття відсутності значимого внеску в суспільство. Це може негативно впливати на психоемоційне благополуччя та самопочуття.

Низький рівень бажання інтегруватися в нове соціальне середовище та знаходити нові професійні функції є перешкодою для ефективної адаптації та взаємодії з новою громадою. Щоб поліпшити ситуацію, слід реалізовувати заходи для підтримки та стимулювання ВПО в умовах воєнного стану, такі як надання можливостей для віддаленої роботи, навчання або перепідготовку та створення програм підтримки для ефективної інтеграції на ринку праці.

Незважаючи на війну, працювати у своїй професії важливо. Саме це створить умови економічної стабільності сімей переселенців. Професійна діяльність дає змогу заробляти гроші, що є основою для забезпечення базових потреб сім'ї, таких як харчування, житло, медична допомога та освіта. Фінансова стабільність є ключовим елементом для подолання економічних викликів у таких умовах.

Про важку фінансову ситуацію свідчать відповіді переселенців щодо їх середнього доходу на місяць, а саме: 64,58% мають дохід від 3 до 6 тис. грн; 25,0% отримують менше 3 тис. грн; 6,25% – мають дохід від 6 до 9 тис. грн; 2,08% заробляють від 9 до 12 тис. грн; 2,08% – від 15 до 18 тис. грн. Відповідно отриманий заробіток дає можливість забезпечувати потреби сім'ї (рис. 5.13): грошей вистачає на харчування, одяг, предмети тривалого користування і відпочинок (25%); забезпечує життя від зарплати до зарплати, бо коштів вистачає тільки на харчування та необхідний одяг (62,5%); грошей не завжди вистачає навіть на харчування, ледве зводять кінці з кінцями (12,5%).



**Рис. 5.13. Оцінка переселенцями можливостей власного бюджету, %**

Отримані результати доводять наявність складної фінансової ситуації у переселенців. Також ці результати опосередковано свідчать, що більшість переселенців не шукають додаткового заробітку.

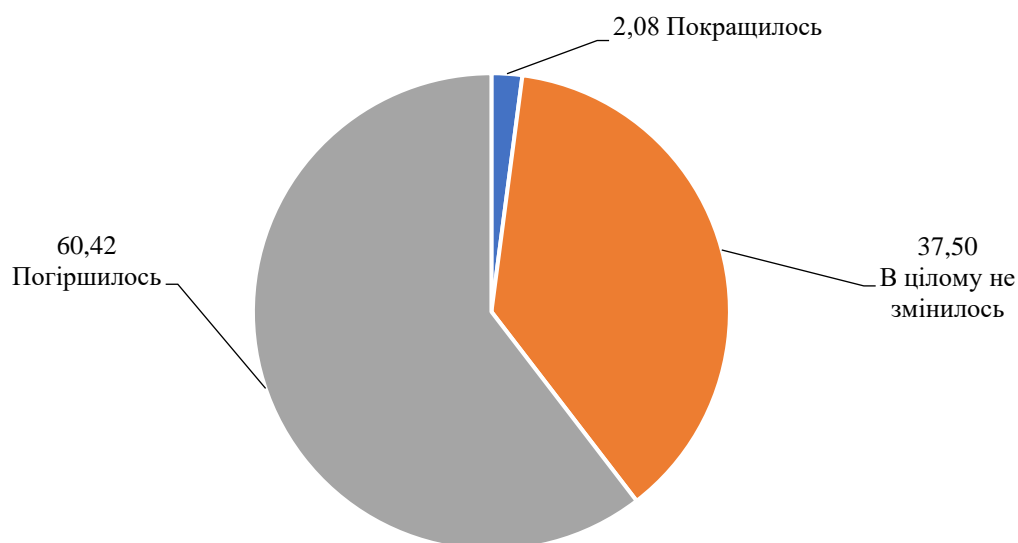
Можемо констатувати наявність психологічного парадоксу – існуюча фінансова ситуація переселенців, де більшість з них заявляє, що грошей не вистачає навіть на харчування, ускладнює можливість знаходження додаткового заробітку. Низький рівень доходу та нестабільність ставить обмеження для здійснення додаткових зусиль для отримання коштів. Проте в умовах воєнного стану та переселення доступ до додаткового заробітку та можливості працевлаштування обмежені.

Замість пошуку додаткового заробітку переселенці сподіваються, що завершення війни приведе до відновлення стабільності, а їхні умови життя покращаться без необхідності в додатковому заробітку.

Ситуація війни формує страх і невизначеність, що впливає на рішення переселенців щодо пошуку додаткового доходу. Деякі особи вважають, що зосередження на виживанні в даний момент є пріоритетом. Цей феномен є певним психологічним захистом сприйняття реальності.

Узагальнюючи, констатуємо, що економічні труднощі виникають не лише через відсутність бажання працювати, але й через об'єктивні обмеження та складнощі, пов'язані із ситуацією війни та переміщенням. Рішення чекати на завершення війни є психологічним феноменом втечі від реалій війни.

На запитання «Як змінилося матеріальне становище Вашої сім'ї за час перебування в умовах воєнного стану?» більшість переселенців зазначили, що суттєво погіршилося (рис. 5.14). Ці показники є ще одним підтвердженням важкої фінансової ситуації внутрішньо переміщених осіб та їхніх сімей.



**Рис. 5.14. Зміни матеріального становища сімей ВПО за час дії воєнного стану, %**

Очевидно, що для проживання в новому регіоні переселенцям потрібні певні заощадження. У 47,92% переселенців були певні заощадження, в інших (52,08%) заощадження були відсутні. Фінансовий резерв дає можливість забезпечити себе житлом. Пошук і оренда або покупка житла вимагає значних ресурсів. Наявність заощаджень дає змогу переселенцям вибрати оптимальне житло, яке відповідає їхнім потребам та стандартам. Маючи заощадження, переселенці можуть мати більше можливостей для пошуку роботи та адаптації до нового ринку праці. Це включає в себе і професійне перенавчання, участь у курсах або навіть можливість взяття перерви в роботі для самореалізації та адаптації до нових умов.

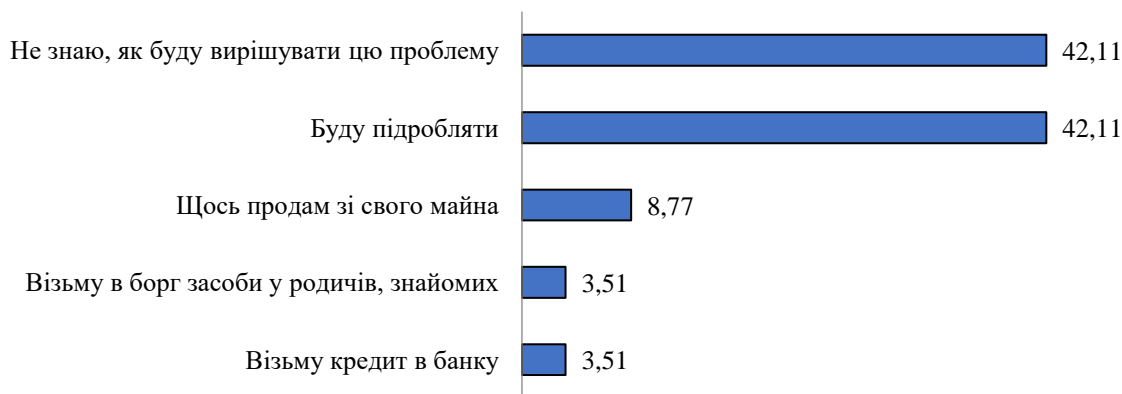


Заощадження слугують страховим запасом у разі непередбачуваних обставин, таких як медичні витрати, аварії або втрата роботи. Це надає особам фінансову стійкість та спокій у період адаптації. Наявність заощаджень допомагає уникнути тимчасових фінансових труднощів та стресу, що можуть виникнути в перші місяці після переїзду. Це створює умови для більш спокійного та упорядкованого пошуку нового місця проживання та роботи. Маючи фінансовий резерв, переселенці можуть більше уваги приділяти соціальній інтеграції та адаптації до нового оточення. Заощадження можуть бути використані для участі в громадських та культурних заходах та взяття участі в соціальних мережах.

Отже, заощадження створюють фінансовий плацдарм, який полегшує перехід та адаптацію переселенців до нового регіону, надаючи їм можливість вибору та гнучкості в умовах зміни життя.

Важливим є питання про те, який час можуть переселенці прожити за рахунок заощаджень: 60,87% могли прожити 2 місяці; 17,39% – 1 місяць; 13,04% – 3 місяці, 8,7% – понад 6 місяців.

Таким чином, значна кількість переселенців не мають роботи, заощаджень (якщо і мають, то вони не дають великого резерву). Все зазначене детермінує виникнення у сім'ях ВПО матеріальних труднощів. Цікавим є те, як переселенці планують вирішувати ці проблеми (рис. 5.15): 42,11% не знають, як будуть вирішувати проблему пошуку фінансів; 42,11% планують підробляти; 8,77% будуть продавати щось із майна; 3,51% планують позичити у родичів або знайомих; 3,51% розраховують взяти кредит в банку.



**Рис. 5.15. Передбачувані способи вирішення переселенцями проблем з матеріальними труднощами, %**

Отримані результати опитування дають можливість виокремити тенденцію, коли значна кількість переселенців, які не мають роботи та значного резерву заощаджень, не мають чітких планів вирішення матеріальних труднощів. Причини цього явища можуть бути різні.

- Деякі особи можуть не сповна усвідомлювати масштаб та серйозність фінансових труднощів, з якими вони стикнулися. Недооцінка обставин призводить до відсутності планів та дій для їх вирішення.

- Зазвичай відсутність роботи обмежує можливості переселенців отримати стабільний дохід. Брак привабливих робочих місць впливає на їхню здатність знайти альтернативні джерела доходу.

- Ситуація внутрішнього переміщення та війни призводить до стресу та психологічної нестійкості. У таких умовах особи мають обмежену здатність раціонально планувати та приймати виважені рішення.

- Можливо, частина переселенців не має достатньої освіти щодо фінансів та управління бюджетом. Неправильне розуміння фінансових аспектів може призвести до відсутності ефективних стратегій розв'язання фінансових проблем.

- Деякі переселенці навіть після тривалих воєнних дій сподіваються, що припинення війни приведе до поліпшення їхньої ситуації, і тому вони можуть відкладати вжиття активних заходів для вирішення фінансових труднощів.

Така інфантильна поведінка та очікування на допомогу чи позику вказують на високий рівень соціальної залежності. Деякі переселенці, можливо, звикли отримувати підтримку від родичів чи знайомих, а не намагатися самостійно вирішувати фінансові проблеми.

Вищенаведене свідчить про потребу в комплексному підході до підтримки переселенців, включаючи надання знань про фінанси, психологічної підтримки та розвитку планів адаптації, копінгу та вирішення фінансових труднощів.

\*\*\*

Переселення через війну є серйозним випробуванням для людей зокрема і суспільства в цілому. З метою підтримки переселенців, їх адаптації до нового соціального оточення проведено соціологічне опитування. В опитуванні взяли участь переселенці, які проживають в гуртожитках Мукачівського державного університету. Тобто ті, хто матеріально не може дозволити собі винайняти окрему квартиру або будинок. Отримано такі важливі результати.

Більшість внутрішньо переміщених осіб потрапили в Закарпаття, бо їхали за маршрутом курсування евакуаційного транспорту; задоволені рівнем соціальної інфраструктури та соціального забезпечення теперішнього проживання; володіють інформацією про правовий режим воєнного часу у загальних рисах; вважають, що воєнний стан створює фізичні незручності, однак це не заважає їм дотримуватися правил сповна.

Війна та воєнні дії характеризуються великим психологічним тиском на населення. Розуміння, як почуття та емоції еволюціонують від початку війни до пізніших її етапів, може допомогти визначити конкретні аспекти, які впливають на психічне здоров'я.

Опитані переселенці зазначили, що на початку війни (коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною) вони відчували такі психоемоційні стани (ряд показників представлений за спаданням): «переляк», «стійкий невроз», включаючи панічні атаки», «боязнь», «побоювання», «стрес, який доходить до нервового зриву», «хвилювання», «повний спокій».

Порівняння отриманих показників з результатами досліджуваних дорослих, які проживають та працюють у безпечному регіоні, доводить наявність психологічного парадоксу: ті, хто знаходяться в безпеці, виявляють вищий рівень тривоги порівняно з тими, хто пережив важкі життєві обставини. Це явище детермінується такими психологічними особливостями: поняття контролю; травматичні спогади та стресові події; стан перехідного стресу. Цей психологічний ефект свідчить про важливість надання підтримки та психологічної допомоги не лише тим, хто безпосередньо стикається зі стріляниною чи втратами, але й тим, хто переживає стрес внаслідок війни у віддалених регіонах.

Показники, отримані на вибірці внутрішньо переміщених осіб, через півроку стають більш подібними до показників, які продемонстрували дорослі із безпечного регіону. Проте і через півроку має місце психологічний феномен – ті, хто проживають у безпечному регіоні, хвилюються значно глибше та більше.

Результати опитування щодо оцінки стану здоров'я переселенців надають важливий доказ на взаємозв'язок психоемоційного стану і фізичного здоров'я в умовах внутрішнього переміщення та переживання воєнних подій. А саме – у переселенців фізичний стан погіршився. Погіршення стану здоров'я може бути результатом адаптаційних труднощів та стресового періоду.

Важливою частиною соціальної адаптації є розвиток внутрішньо переміщених осіб у сфері професії. Робота допомагає відновити соціальну ідентичність та інтегруватися в нове оточення. Праця також є засобом відволікання від стресових переживань та допомагає переселенцям зосередитися на позитивних аспектах свого життя. Зайнятість створює відчуття значимості та самостійності.

Внутрішньо переміщені особи зазначили, що умови їх професійної діяльності погіршилися або взагалі відсутні. Погіршення умов для професійної самореалізації призводить до економічної невпевненості. Переселенці зазначають (52,08%), що не працюють, проте планують надолужувати згаяне після скасування воєнного стану. Такі результати опосередковано свідчать, що

ВПО не прагнуть інтегруватися в нове соціальне середовище, не прагнуть шукати нові професійні функції. Це є негативний результат, бо відсутність професійної діяльності призведе до економічної нестабільності для переселенців та їхніх сімей. Відсутність доходу суттєво ускладнить забезпечення базових потреб, таких як харчування, житло та медична допомога. Відмова від професійної самореалізації та намір надолужувати згаяне після воєнного стану призведе до соціальної ізоляції та відчуття відсутності значущого внеску в суспільство. Це може негативно вплинути на психологічне благополуччя та самопочуття.

Результати опитування свідчать про важку матеріальну ситуацію у переселенців (більшість мають дохід від 3 до 6 тис. грн). Відповідно сім'ї ВПО здебільшого живуть від зарплати до зарплати, бо коштів вистачає тільки на харчування та необхідний одяг. Якщо у людей є деякі заощадження, то їх вистачає на 2 місяці (понад 60%). Необхідно наголосити, що 42,11% опитаних тільки планують підробляти. Отже, результати опитування дають можливість виокремити тенденцію, коли значна кількість переселенців, які не мають роботи та значного резерву заощаджень, не мають чітких планів вирішення матеріальних труднощів.

Можемо констатувати наявність психологічного парадоксу – фінансова ситуація переселенців, де більшість з них заявляє, що грошей не вистачає навіть на харчування, ускладнює можливість знаходження додаткового заробітку. Низький рівень доходу та нестабільність обмежують здійснення додаткових зусиль для отримання коштів. Деякі особи можуть не сповна усвідомлювати масштаб та серйозність фінансових труднощів, з якими вони стикнулися. Недооцінка обставин призводить до відсутності планів та дій для їх вирішення. Також слід наголосити, що частина переселенців навіть після тривалих воєнних дій сподіваються, що припинення війни приведе до поліпшення їхньої ситуації, і тому вони можуть відкладати прийняття активних дій для вирішення фінансових труднощів.

Зафіксовані інфантильна поведінка та очікування на допомогу чи позику вказують на високий рівень соціальної залежності. Деякі переселенці можуть звикнути отримувати підтримку від родичів чи знайомих, а не намагатися самостійно вирішувати фінансові проблеми. Замість пошуку додаткового заробітку вони можуть сподіватися, що завершення війни приведе до відновлення стабільності, а їхні умови життя покращаться без необхідності в додатковому заробітку.

Ситуація війни формує страх і невизначеність, що впливає на рішення переселенців щодо пошуку додаткового доходу. Деякі особи вважають, що зосередження на виживанні в даний момент є пріоритетом. Цей феномен є певним психологічним захистом сприйняття реальності.

Вищевказане свідчить про потребу в комплексному підході до підтримки переселенців, включаючи надання знань про фінанси, психологічної підтримки та розвитку планів адаптації, копінгу та вирішення фінансових труднощів.

## Висновки

Війна є серйозним стресовим фактором для людей, особливо для тих, хто проживав в місцях, які були піддані воєнним діям, або поруч з ними. Вона змінила звичну систему навчання та зумовила перехід на дистанційну форму; викликала проблеми адаптації людей до умов воєнного стану, особливо коли йдеться про навчання в екстремальних умовах.

Проведене соціологічне дослідження є актуальним та має соціальне та наукове значення. У вибірці опитування представлені різні групи населення, такі як студенти, викладачі, учні та дорослі, в тому числі і внутрішньо переміщені. Це дало можливість дізнатися їхні різноманітні погляди та дослідити різні аспекти впливу війни на психоемоційний стан, дистанційне навчання, умови життя. Узагальнення, систематизація та порівняння отриманих результатів дало можливість отримати більш комплексне розуміння впливу війни на суспільство та освітній процес.

Результати соціологічного опитування здобувачів вищої освіти дали можливість зрозуміти, як екстремальні події, зокрема війна, впливають на студентське середовище та на загальний соціальний контекст.

Аналіз та систематизація отриманих відповідей здобувачів вищої освіти надали змогу виокремити такі соціальні тенденції в умовах воєнного стану:

- більшість студентів постійно перебувають з батьками під час війни, що доводить зростання значення родини та підтримки від рідних для молоді у період небезпеки;

- 9,06% студентів у перші місяці війни виїхали з країни, хоча мешкали у безпечному регіоні. Це матиме для країни негативні наслідки, а саме втрату: людських ресурсів; довіри; інтелектуального потенціалу; економічної стабільності; культурної спадщини;

- війна суттєво вплинула на сприйняття майбутнього (професійного майбутнього).

Будь-які екстремальні ситуації взагалі і війна зокрема створюють стресове середовище, яке впливає на здобувачів вищої освіти.

Порівняння показників психоемоційних станів здобувачів вищої освіти у двох екстремальних ситуаціях (пандемії та війни) дає можливість виокремити деякі тенденції. А саме, в умовах карантину під час пандемії у студентів діагностовано найвищі показники за шкалами «Занепокоєння» та «Побоювання». Причому ці показники зберігають свої лідерські позиції (хоча і наявним є зменшення показників) незалежно від часу (чи це початок карантину, чи через півроку самоізоляції). Щодо вияву психоемоційних станів під час війни констатуємо різну зміну показників. А саме, здобувачі освіти демонструють наявність високих показників емоційних переживань: «переляк» та «боязнь» – на початку війни; «хвилювання» та «побоювання» – через півроку війни. Отже, психологічна реакція на тривалу кризу реалізовується у зміні емоційних станів. Узагальнюючи, слід зазначити, що вплив війни на психоемоційний стан студентів є більш виразним та глибшим порівняно з пандемією, хоча вона теж призводить до значних труднощів. Це зумовлено тим, що війна є більш екстремальною та загрозливою ситуацією порівняно з пандемією; призводить до значних соціальних тисків, страху та травм; викликає загрозу не тільки фізичному, але й емоційному благополуччю.

За півроку війни студенти адаптувалися до складних кризових умов, пов'язаних з війною; розвинули власні стратегії копінгу та натренувалися ефективно керувати емоціями; навчилися оцінювати реальні ризики та реагувати на них; розвинули більш раціональне розуміння ситуації.

Війна впливає і на академічні досягнення, мотивацію та здатність студентів функціонувати в освітньому середовищі. Констатовано, що здобувачі вищої освіти розуміють і підтримують необхідність введення дистанційної форми навчання; стали більш вмотивованими до здобуття фаху, більш соціально активними, займають стійку громадянську позицію; переконані, що умови воєнного стану не вплинули на їх участь в освітньому процесі; гірше (порівняно з пандемією) забезпечені технікою для дистанційного навчання.

На значну частину студентів дистанційне навчання вплинуло:



- позитивно, бо відволікає їх від психологічних проблем воєнного стану, здобувачі мають змогу ефективніше розподіляти свій час;
- негативно, бо їм важко зосередитися на навчанні через постійну психологічну напругу, не вистачає безпосереднього спілкування;
- деструктивно, бо мають побоювання щодо отримання якісної вищої освіти за фахом.

Інформація, отримана в результаті опитувань, може бути основою для розроблення та впровадження програм, спрямованих на поліпшення якості навчального процесу у період війни.

Результати опитування науково-педагогічних працівників дають можливість зробити висновки про те, що викладачі:

- виражають високу підтримку заходам держави в умовах воєнного стану;
- мають велике хвилювання за майбутнє та стабільну роботу в університеті;
- демонструють неуміння шукати альтернативні джерела доходу та іншу роботу;
- вважають, що матеріального резерву у них немає.

Щодо дослідження зміни самовідчуттів викладачів під час війни, отримано цікаві результати, а саме – через півроку широкомасштабної війни відбулося:

- зростання показників стресостійкості за шкалами «Хвилювання» та «Побоювання». Виокремлено причини зростання цих показників: психологічні (травматичний досвід, неспокій за сім'єю, втома від надмірної роботи) та соціальні (нестабільність суспільства, обмежений доступ до ресурсів, соціальний тиск і відповідальність);
- зниження показників стресостійкості за шкалами «Переляк», «Стійкий невроз» та «Стрес». Виокремлено причини зниження цих показників: адаптація, соціальна підтримка, стратегії подолання, зростання резильєнтності.

З урахуванням зазначеного і аналізу показників соціологічного опитування, констатовано наявність таких тенденцій у викладачів:

- зростання показників стресостійкості (свідчить про здатність адаптуватися до стресових ситуацій);
- зниження показників стійкого неврозу і стресу (викладачі впоралися зі стресом і негативними емоціями);
- сприятливий вплив соціальних факторів (психологічна підтримка);
- залежність від умов та тривалості війни (тривала війна детермінує зміну показників психоемоційних станів);
- розвиток психологічної резильєнтності.

Зіставлення результатів, отриманих в двох екстремальних ситуаціях (війна та пандемія), демонструє однакову тенденцію, а саме: серед всіх показників шкал психоемоційних станів лідерами є «Хвилювання» та «Побоювання». Отже, діагностовано подібність вияву психоемоційних станів викладачів в усіх екстремальних ситуаціях.

Результати опитування стосовно впливу дистанційного навчання на якість освіти констатують, що викладачі вважають, що:

1. Вплив дистанційного навчання варіюється залежно від типу навчальних дисциплін.
2. Для дисциплін загальної підготовки якість здобуття знань не змінилася, бо ці дисципліни є теоретичними за своєю суттю та легше адаптуються до дистанційного формату.
3. Для дисциплін фахової підготовки важливою є безпосередня присутність здобувача, бо ці предмети мають практичні аспекти, які важко передати в дистанційному форматі.
4. Здобуття практичних навиків, які важливі для майбутньої професійної кар'єри, погіршилося.

Для дистанційного навчання важливим є технічне забезпечення науково-педагогічних працівників в умовах воєнного стану. Добре технічно оснащені лише 66,16% опитаних; 31,8% мають телефон або планшет; понад 98%

викладачів зазначають, що майже не відчували сторонніх перепон у проведенні занять; 48,48% педагогів вказали на проблему у доступі до наочних посібників та нестачу інтерактивних електронних підручників (21,21%).

Науково-педагогічні працівники підкреслюють важливі аспекти дистанційної освіти.

Позитивні: навчання відволікає від психологічних проблем війни; поліпшилася можливість використання інтерактивних технологій; навчання здобувачів стало більш вмотивованим; розширилися і поглибилися навички здобувачів у вирішенні тестових завдань, пошуку інформації та навичок самоорганізації.

Негативні: навчанню заважає постійна психологічна ситуація стресу; складно перевірити ступінь самостійності здобувачів у вирішенні навчальних завдань; є труднощі у формуванні практичних навиків здобувачів; дистанційно складно пояснювати здобувачам деякі практичні та ситуативні завдання.

Опитування учнів допомогло отримати основні тенденції та особливості навчання, умов проживання та самопочуття старшокласників під час війни.

Всі школярі, незалежно від категорії (чи це діти ВПО, чи учні мукачівських шкіл) підкреслюють важливість безпосередніх контактів, а саме: більшість зазначає, що безпосередніх контактів бракує, але ставляться до цього спокійно, з розумінням.

Зміна показників психоемоційних станів у дітей із сімей ВПО та дітей із безпечного регіону дає можливість виокремити таку тенденцію: у дітей ВПО після шести місяців проживання у безпечному регіоні хвилювання зростає, а у школярів мукачівських шкіл – зменшується. Психологічними причинами цього є відмінності пережитого травматичного досвіду та сприйняття соціальної підтримки.

Порівняльний аналіз відповідей учнів із сімей вимушених переселенців та старшокласників мукачівських шкіл щодо особливостей дистанційного навчання в умовах війни дає можливість виокремити показники, за якими є значна різниця. А саме:

- умови навчання істотно погіршилися (18,18% школярів ВПО та 7,21% школярів мукачівських шкіл);

- якість здобуття знань погіршилася (50% із сімей вимушених переселенців та 31,53% старшокласників мукачівських шкіл);

- здобуття знань у цілому не змінилося (45,45% із сімей ВПО та 52,25% учнів мукачівських шкіл);

- занепокоєння щодо неотримання якісної освіти в результаті дистанційного навчання в умовах воєнного стану не мають, проте ймовірність цього не виключають 31,53% опитаних учнів шкіл Мукачева та 18,18% учнів із сімей внутрішньо переміщених осіб;

- такого побоювання зовсім не мають 27,93% учнів мукачівських шкіл та 13,64% старшокласників, які залишили свої домівки та звичний спосіб життя;

- 26,13% школярів, які навчаються та проживають у найбільш безпечному регіоні країни, констатують, що деякою мірою побоюються, хоча усвідомлюють, що багато залежить від них самих. Щодо учнів-переселенців, то цей варіант відповіді обрали 54,55%.

Різниця у відповідях між школярами із сімей вимушених переселенців та школярами із шкіл Мукачева зумовлена різними життєвими обставинами, які впливають на досвід дистанційного навчання: соціально-економічний статус та умови проживання; психосоціальний стан. Слід наголосити, що ці фактори можуть взаємодіяти і впливати на сприйняття ризиків та побоювань щодо якості освіти в умовах воєнного стану.

Більшість внутрішньо переміщених осіб потрапили на Закарпаття, бо їхали за маршрутом курсування евакуаційного транспорту; задоволені рівнем соціальної інфраструктури та соціального забезпечення теперішнього проживання; володіють інформацією про правовий режим воєнного часу у загальних рисах; вважають, що воєнний стан створює фізичні незручності, однак це не заважає їм дотримуватися правил сповна.

Порівняння отриманих показників опитування переселенців з результатами опитуваних дорослих, які проживають та працюють у безпечному

регіоні, доводить наявність психологічного парадоксу: ті, хто перебувають в безпеці, виявляють вищий рівень тривоги порівняно з тими, хто пережив важкі життєві обставини. Це явище детермінується такими психологічними особливостями: поняття контролю; травматичні спогади та стресові події; стан перехідного стресу. Цей психологічний ефект свідчить про важливість надання підтримки та психологічної допомоги не лише тим, хто безпосередньо стикається зі стріляниною чи втратами, але й тим, хто переживає стрес внаслідок війни у віддалених регіонах. Очевидним є те, що показники, отримані на вибірці ВПО, через півроку стають більш подібними до показників, які продемонстрували дорослі із безпечного регіону. Проте і через півроку має місце психологічний феномен – ті, хто проживають у безпечному регіоні, хвилюються значно глибше та більше.

Результати соціологічного опитування дають можливість виокремити тенденцію – значна кількість переселенців не мають роботи та значного резерву заощаджень, не мають чітких планів вирішення матеріальних труднощів. Можемо констатувати наявність психологічного парадоксу – хоча більшість переселенців заявляє, що грошей не вистачає навіть на харчування, це не спонукає їх шукати додаткового заробітку. Деякі особи можуть не цілком усвідомлювати масштаб та серйозність фінансових труднощів, з якими вони стикнулися. Недооцінка обставин призводить до відсутності планів та дій для вирішення проблем. Також слід наголосити, що частина переселенців навіть після тривалих воєнних дій сподіваються, що припинення війни приведе до поліпшення їхньої ситуації, і тому вони можуть відкладати вжиття активних заходів щодо вирішення фінансових труднощів.

Така інфантильна поведінка та очікування на допомогу чи позику вказують на високий рівень соціальної залежності. Деякі переселенці, можливо, звикли отримувати підтримку від родичів чи знайомих, а не намагатися самостійно вирішувати фінансові проблеми. Замість пошуку додаткового заробітку переселенці можуть сподіватися, що завершення війни приведе до відновлення

стабільності, а їхні умови життя покращаться без необхідності в додатковому заробітку.

Ситуація війни формує страх і невизначеність, що впливає на рішення переселенців щодо пошуку додаткового доходу. Деякі особи вважають, що зосередження на виживанні в даний момент є пріоритетом. Цей феномен є певним психологічним захистом сприйняття реальності.

Проведене соціологічне опитування допомогло зрозуміти, як війна вплинула на психіку та емоційний стан різних груп населення, процес навчання та на стан учасників освітнього процесу. Отримані результати надали можливість виявити проблеми та зазначити шляхи їх вирішення. Отже, це дослідження має практичне значення і є актуальним та важливим для розуміння та поліпшення якості життя та освіти в умовах війни.

## Список літератури

1. Алексєєва С. Організація освітнього процесу в старшій профільній школі в умовах непередбачуваних глобальних впливів. *SCIENTIFIC COLLECTION «INTERCONF»: «Міжнародний форум: проблеми та наукові рішення»* (26–28 червня 2022 р., м. Мельбурн, Австралія). № 114 (2022): 10-й ISPC. С. 109-113.

2. Андрущенко В. В., Андрущенко О. М., Смірнов С. М. Дистанційне навчання – результат розвитку інформаційної технології. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція II. Дистанційна освіта: пошук ефективних шляхів навчання / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро: ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 56-58.

3. Брусакова О. В. Особливості організації освітнього процесу в умовах воєнного стану. *Особистість, суспільство, війна* : тези доповідей учасників Міжнародного психологічного форуму, м. Харків, 7 квітня 2023 р. Харків, 2023. С. 45-48.

4. «Війна та освіта: як рік повномасштабного вторгнення вплинув на українські школи»: оприлюднено результати дослідження. URL: <https://op.ua/news/osvita-v-ukraini/viyna-ta-osvita-yak-rik-povnomasshtabnogo-vtorgnennya-vplivuv-na-ukrayinski-shkoli-oprilyudneno-rezultati-doslidzhennya> (дата звернення: 15.02.2024).

5. Волощенко Є. І. Нові виклики та можливості для навчально-наукової діяльності в умовах війни в Україні. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція 1. Виклики і реалії організації освітнього процесу в умовах війни / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро: ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 15-16.

6. Гоблик В., Щербан Т. Прикладна соціологія: логістика і методи дослідження : навчальний посібник. Мукачево : РВВ МДУ, 2021. 108 с.

7. Єгоров Є. А. Функціонування вищої освіти в умовах воєнного стану. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція 1. Виклики і реалії організації освітнього процесу в умовах війни / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 20-21.

8. Зайцева В. В., Вирвихвост М. О. Дистанційно-очна форма навчання як складова сучасного освітнього процесу. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція II. Дистанційна освіта:

пошук ефективних шляхів навчання / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 59-61.

9. Ільницька К. С., Миколайчук В. В. Особливості практичної підготовки здобувачів вищої освіти педагогічних спеціальностей в умовах запровадження воєнного стану. *Підготовка майбутніх учителів фізики, хімії, біології та природничих наук в контексті вимог Нової української школи* : збірник тез доповідей III Міжнародної науково-практичної конференції 26–27 травня 2022 року. С. 95-98.

10. Левченко М., Феденько С., Форостян А. Особливості соціальної адаптації здобувачів вищої освіти до освітнього процесу в умовах воєнного стану. *Актуальні питання гуманітарних наук* : міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка / [редактори-упорядники М. Пантюк, А. Душний, В. Ільницький, І. Зимомря]. Дрогобич : Видавничий дім «Гельветика», 2022. Вип. 52. Том 2. С. 185-192.

11. Малихін Олександр, Арістова Наталія, Рогова Віра. Мінімізація освітніх втрат учнів закладів загальної середньої освіти в умовах воєнного стану: змішане навчання. *Український педагогічний журнал*. 2022. № 3. С. 68-76.

12. Назаренко О. В. Організація навчального процесу в умовах воєнного часу. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція 1. Виклики і реалії організації освітнього процесу в умовах війни / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 39-40.

13. Пилаєва Т. В. До розуміння поняття «Дистанційна освіта». URL: <http://repository.hneu.edu.ua/bitstream/123456789/18255/1/%D0%9F%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D1%94%D0%B2%D0%B0%20%D1%84%D0%B0%D1%85%20%D1%81%D1%82.pdf> (дата звернення: 05.02.2024).

14. Піменова О. О. Гапончук О. М. Мотивація до навчання студентів в умовах воєнного стану. *Габітус: спеціальні та галузеві соціології*. 2023. Випуск 47. С. 36-39.

15. Пономарьова О. А. Проблеми викладання онлайн під час війни в контексті іт-освіти. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція II. Дистанційна освіта: пошук ефективних шляхів навчання / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 62-65.

16. Поповський А. М. Світоглядні реалії в освітньому процесі в умовах війни. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та



архітектури»). Секція 1. Виклики і реалії організації освітнього процесу в умовах війни / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 44-47.

17. Родінова Н. Л., Червоній М. В., Діордіца І. М. Особливості дистанційного навчання студентів в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2022. № 4(9). С. 285-297.

18. Рудницька О. Г., Кузик П. В., Дзямко В. Й. Перспективи онлайн-навчання в умовах війни. *Наука і техніка сьогодні. Серія: право, економіка, педагогіка, техніка, фізико-математичні науки*. 2022. № 7(7). С. 196-204.

19. Складановська М. Г. Психологічні проблеми студента і викладача в умовах воєнного стану. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція III. Психолого-педагогічні аспекти викладання: досвід і здобутки / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 90-92.

20. Староста В. І. Студентоцентроване дистанційне навчання в ускладнених умовах (пандемія COVID-19, воєнний стан в Україні). *Open educational e-environment of modern University*, 2023. № 14. С. 63-77. DOI: 10.28925/2414-0325.2023.146 ISSN: 2414-0325.

21. Сулова Н. М. Виклики і реалії організації освітнього процесу в умовах війни. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція 1. Виклики і реалії організації освітнього процесу в умовах війни / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 48-50.

22. Троцько Володимир, Чернозубкін Ігор. Досвід використання системи дистанційного навчання в умовах воєнного стану. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2023. № 2 (70). С. 100-105.

23. Ужеловський А. В. Застосування сучасних технологій під час викладання у вищій школі в умовах воєнного стану в Україні. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція II. Дистанційна освіта: пошук ефективних шляхів навчання / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 71-72.

24. Уфімцева О. Ю., Шапа Н. М. Переваги та недоліки дистанційного навчання в сучасних умовах. *Освіта в умовах війни: реалії, виклики та шляхи подолання* : матеріали II Форуму академічної спільноти (20–24 червня 2022 року, м. Дніпро; Державний вищий навчальний заклад «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»). Секція II. Дистанційна освіта:

пошук ефективних шляхів навчання / Упоряд. М. В. Савицький, І. П. Мамчич. Дніпро : ДВНЗ «ПДАБА», 2022. С. 73-77.

25. Чикалова Марина, Юхно Наталія. Особливості освітнього процесу в умовах повномасштабних бойових дій. *Український педагогічний журнал*. 2023. № 3. С. 13-22.

26. Щербан, Т. Д. Особливості організації дистанційної освіти в екстремальній ситуації. *Виклики та парадокси соціальної взаємодії в постмодерному світі: лінгвістичний та психологічний аспекти* : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Луцьк, 15–16 квітня 2021 р.). Луцьк, 2021. С. 127-130.

27. Щербан, Т. Д., Гоблик В. В. Психологічні особливості підготовки майбутніх управлінців в умовах дистанційної освіти. *Управління соціально-економічними трансформаціями господарських процесів: реалії і виклики* [Електронний ресурс] : збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції (м. Мукачєво, 6–7 квітня 2022 року). Мукачєво : МДУ, 2022. С.243-246.

28. Щербан, Т. Д., Гоблик В. В. Дистанційна освіта в умовах екстремальної ситуації (на прикладі самоізоляції: березень – травень 2020 року) : монографія. Мукачєво : РВВ МДУ, 2020. 160 с.

29. Щербан, Т. Д., Хома, П. П. Застосування технологій дистанційного навчання у професійній педагогіці. *Освіта і формування конкурентоспроможності фахівців в умовах євроінтеграції* [Електронний ресурс] : збірник тез доповідей VII Міжнародної науково-практичної конференції (м. Мукачєво, 26–27 жовтня 2023 р.) / гол. ред. Т. Д. Щербан. Мукачєво : МДУ, 2023. С. 51-54.

30. Щербан Т. Д. Психологічні особливості психологів у роботі з кризовими ситуаціями / Т. Д. Щербан // *Збірник наукових праць. Національної академії Державної прикордонної служби України*. Сер. : Педагогічні та психологічні науки. Вип. № 2 (13), 2019. С. 360-377.

## АНКЕТА ДЛЯ ОПИТУВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Шановні здобувачі!*

Психологічна служба Мукачівського державного університету за підтримки ректорату звертається до Вас з проханням ознайомитись з даною анкетой і відповісти на питання. Анкета містить запитання щодо Вашого життя та навчання в умовах воєнного стану.

Анкета є анонімною. Результати даного опитування будуть використані в узагальненому вигляді для науково-практичних рекомендацій спрямованих на підвищення якості освітнього процесу в МДУ. Просимо відповідати на питання анкети об'єктивно та відверто.

**В умовах воєнного стану університет здійснює навчання в дистанційній формі. Нас цікавить, яка ефективність такого навчання, як воно сприяє чи утрудняє освоєння Вами знань.**

**При заповненні анкети виберіть відповідний числовий код варіанта відповіді, який збігається з Вашою думкою або напишіть свою відповідь, якщо вона не наводиться.**

1. На якому курсі Ви навчаєтесь? \_\_\_\_\_ курс \_\_\_\_\_ освітній ступінь

2. За якою спеціальністю ?

3. На яких умовах Ви здобуваєте вищу освіту?

1 – Платно

2 – За рахунок бюджету

3 – За цільовим направленням за рахунок бюджету

4 – За цільовим направленням за рахунок підприємства (установи)

4. Нижче наведена шкала стресостійкості. Будь ласка, вкажіть, що Ви відчули у наведених двох ситуаціях: в перші дні війни та що Ви особисто відчуваєте зараз? (Виберіть по одному числовому коду в кожному стовпчику)

Відчуття	1. Коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і те, що в країні вводиться воєнний стан?	2. Що Ви особисто відчуваєте зараз?
Повний спокій	1	1
Хвилювання	2	2
Побоювання	3	3
Переляк	4	4
Боязнь	5	5
Стійкий невроз (включаючи панічні атаки)	6	6
Стрес (доходить до нервового зриву)	7	7

5. Де Ви перебуваєте в період воєнного стану? (Будь ласка, дайте будь-яку кількість відповідей по рядку у відповідності з ситуацією)

Місце перебування	Увесь період	Переважно	Іноді
1. Вдома, з батьками	1	2	3
2. Вдома, в інших родичів	1	2	3
3. У друзів, знайомих	1	2	3
4. На орендованій квартирі	1	2	3
5. У від'їзді, в іншому регіоні	1	2	3
Інше (що саме?)			

**6. Як ставитесь до того, що в період воєнного стану у Вас припинились безпосередні (не віртуальні!) контакти з однокурсниками, зі студентським колективом? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ставлюся до цього з байдужістю
- 2 – Безпосередніх контактів не вистачає, але ставлюся до цього спокійно
- 3 – Відсутність безпосередніх контактів турбує, але ставлюся до цього з розумінням
- 4 – Відсутність безпосередніх контактів з однокурсниками дуже турбує, відчуваю себе не комфортно.
- 5 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**7. У якій формі Ви підтримуєте контакти зі своїми однокурсниками в період воєнного стану? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Через мережу Інтернет.
- 2 – Засобами телефонного зв'язку
- 3 – Зустрічаємось
- 4 – Ніяк не підтримую

**8. Як складається стан Вашого здоров'я за період перебування в умовах воєнного стану? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Покращився
- 2 – В цілому не змінився
- 3 – Трохи погіршився
- 4 – Сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться
- 5 – Сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться

**9. За період воєнного стану Ви надавали допомогу іншим, які її потребують? (Оберіть по одному числовому коду у відповідних рядках)**

Кому надавали допомогу	Надавав (ла) одноразово	Надавав (ла) неодноразово	Був готовий (була готова) надати допомогу, але вона не була потрібна	Допомога була потрібна і я був готовий (була готова) її надати, але у мене не було можливості
1. Своїм близьким рідним	1	2	3	4
2. Знайомим дорослим людям	1	2	3	4
3. Своїм друзям, знайомим одноліткам	1	2	3	4
4. Незнайомим дорослим людям	1	2	3	4
Іншим (кому?)				

**10. У якій мірі Ви вважаєте заходи воєнного стану, адекватними небезпеці війни? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Недостатніми
- 2 – Цілком адекватні
- 3 – Дещо перебільшені
- 4 – Надмірні, думка про безпеку не відповідає дійсності
- 5 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**11. Чи довелося вам через війну з росією змінити місце свого проживання? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ні
- 2 – Так, довелося переїхати в інше місце, але в тому самому населеному пункті
- 3 – Так, довелося переїхати до іншого населеного пункту на Закарпатті
- 4 – Так, довелося переїхати до іншого регіону України
- 5 – Так, довелося виїхати з країни

**12. Як вплинули умови воєнного стану на Вашу участь в освітньому процесі в цілому? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Умови навчання дещо погіршилися
- 2 – Умови навчання істотно погіршилися
- 3 – Умови навчання в цілому не змінилися
- 4 – Умови навчання дещо покращилися
- 5 – Умови навчання відсутні
- 6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**13. Якими є умови для занять за місцем Вашого перебування? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Є окрема кімната, в якій можна усамітнитись під час участі в дистанційних заняттях
- 2 – Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод брати участь у дистанційних заняттях
- 3 – Постійного місця для занять немає, щоразу для участі в дистанційних заняттях потрібно пристосовуюсь
- 4 – Умови погані, зовсім немає зручного місця для участі в дистанційних заняттях.

**14. Під час Вашої участі в дистанційних заняттях виникають сторонні перешкоди? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ні, ніхто не турбує
- 2 – Іноді виникають, але не дуже заважають
- 3 – Часто виникають, але не дуже заважають
- 4 – Іноді виникають, і дуже заважають
- 5 – Часто виникають, і дуже заважають
- 6 – Постійно і дуже заважають

**15. У період воєнного стану чи виникають у Вас труднощі у доступі до навчальної літератури? (Оберіть по одному числовому коду у кожному стовпчику)**

	1. Література за професійною підготовкою	2. Література за не основними дисциплінами	3. Практичні посібники
Труднощів не має, вся необхідна навчальна література доступна	1	1	1
Труднощі у доступі до навчальної літератури є, але незначні	2	2	2
Труднощі в доступі до навчальної літератури великі	3	3	3

**16. В цілому, як вплинуло введення дистанційного навчання на якість Вашої освіти, здобуття знань у порівнянні з очним навчанням в університеті? (Дайте відповідь по кожному рядку)**

	Якість здобуття здобувачами знань покращилась	Якість здобуття знань здобувачами в цілому не змінилась	Якість здобуття здобувачами знань погіршилась
1. За дисциплінами загальної підготовки	1	2	3
2. За дисциплінами фахової підготовки	1	2	3
3. За здобуттям практичних навичок за кваліфікацією	1	2	3

**17. Якщо Ви вважаєте, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану покращилась, то в чому саме це позначилося? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Навчання стало більш вмотивованим
- 2 – Навчання відволікає від психологічних проблем воєнного стану

- 3 – Більше часу можна приділити для засвоєння навчального матеріалу
- 4 – Ширше коло можливостей для самостійної роботи з інформацією
- 5 – Є змога планувати час між навчанням та іншими справами
- 6 – Новий досвід навчання
- 7 – Інше \_\_\_\_\_

**18. Якщо Ви вважаєте, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану погіршилася, то в чому саме це позначилося? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Навчанням заважає психологічна ситуація постійного стресу, підвищеної тривожності, занепокоєння
- 2 – Важко зосередитися на навчанні через постійну напругу
- 3 – Самостійне опрацювання матеріалу (без роз'яснення викладача) є складним
- 4 – Відсутнє живе спілкування
- 5 – Не вистачає практичних умінь і навичок
- 6 – Важко займатися вдома
- 7 – Інше \_\_\_\_\_

**19. Яка Ваша технічна оснащеність для участі в дистанційному навчанні? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Маю особистий стаціонарний комп'ютер
- 2 – Маю особистий ноутбук
- 3 – Маю особистий мобільний телефон чи планшет
- 4 – Особистої техніки не маю, але вона є в сім'ї, і я можу користуватись
- 5 – Особистої техніки не маю, але взяв на тимчасове користування у знайомих, родичів, друзів
- 6 – Особистої техніки не маю, але взяв напрокат
- 7 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_

**20. Чи є проблеми у процесі користування технікою під час участі у дистанційному навчанні? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Немає, техніка працює безперебійно
- 2 – Є, бо техніка не нова й іноді (або часто) зависає
- 3 – Є, техніка не моя, і не завжди вдається використовувати її протягом всього необхідного часу
- 4 – Є, бо є перебої (іноді або часто) з Інтернетом
- 5 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_

**21. Чи є проблеми сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного заняття? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Немає, до дистанційної форми занять вдалося повністю пристосуватись
- 2 – Є проблеми через незвичне сприйняття лекції (заняття)
- 3 – Є проблеми через незадовільну форму викладання
- 4 – Є проблеми через технічні збої під час викладання з вини викладача
- 5 – Є проблеми із-за технічних збоїв під час викладання з вини технічної служби університету
- 6 – Навчальний матеріал слабо пристосований для його трансляції в електронній формі (мало наочного матеріалу, громіздкий текст, не має інтерактивної форми.....)
- 7 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**22. Якщо не враховувати сон, як Ви проводите час в умовах воєнного стану? (Вкажіть у кожному рядку який процент (приблизно) в середньому в тиждень Ви витрачаєте на різні види діяльності)**

Види діяльності	Відсоток (запишіть у відповідних рядках)
1. Навчання (всі види в сукупності)	

2. Перегляд фільмів, ТВ, відео	
3. Читання літератури, преси	
4. Прослуховування музики	
5. Зустріч з друзями, знайомими	
6. Прогулянки на природі, катання на машині, мотоциклі, велосипеді	
7. Заняття хобі (вишивати, майструвати й т.д.)	
8. Ігри на комп'ютері, інші ігри	
9. Комунікація, листування в Інтернеті, в тому числі в соціальних мережах	
10. Заняття спортом, гімнастикою	
11. Волонтерська робота	
12. Різні побутові справи: прибирання по дому, робота в городі, саду, з тваринами, в цілому по будинку (включаючи прибирання)	
<b>ВСЬОГО</b>	<b>100</b>

**23. Чи є у Вас занепокоєння, що у результаті дистанційної освіти в умовах воєнного стану не отримаєте необхідної якісної освіти за фахом? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Зовсім не побоююся
- 2 – В цілому не побоююся, але ймовірність цього не виключаю
- 3 – В якійсь мірі побоююся, хоча багато залежить від мене самого (самої)
- 4 – Дуже побоююся, але буду що-небудь робити, щоб уникнути цього
- 5 – Якість освіти за фахом однозначно буде поганою
- 7 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

НАСАМКІНЕЦЬ, ДЕКІЛЬКА СЛІВ ПРО СЕБЕ:

**24. Ваша стать:**

- 1 – Чоловіча
- 2 – Жіноча

**25. Де ви проживаєте сьогодні (під час дії воєнного стану)?**

- 1 – В Ужгороді, Мукачево
- 2 – В іншому районному центрі
- 3 – В селі, селищі
- 4 – Інше \_\_\_\_\_

***ЩИРО ДЯКУЄМО ЗА ДОПОМОГУ У ДОСЛІДЖЕННІ!***

## АНКЕТА ДЛЯ ОПИТУВАННЯ ВИКЛАДАЧІВ

Шановні викладачі!

Психологічна служба Мукачівського державного університету за підтримки ректорату звертається до Вас з проханням ознайомитись з даною анкетой і відповісти на питання. Анкета містить запитання щодо Вашого життя та викладання в умовах воєнного стану.

Анкета є анонімною. Результати даного опитування будуть використані в узагальненому вигляді для науково-практичних рекомендацій, спрямованих на підвищення якості освітнього процесу в МДУ.

**В умовах воєнного стану університет організовує навчальний процес у дистанційній формі. Нас цікавить Ваша думка про те, яка ефективність такого навчання, як ця форма навчання змінила стиль Вашої роботи.**

**При заповненні анкети виберіть числовий код варіанта відповіді, який збігається з Вашою думкою або напишіть свою відповідь, якщо такий варіант не зазначено.**

1. Який загальний стаж Вашої викладацької роботи? \_\_\_\_\_ років

2. Скільки років Ви працюєте в цьому університеті? \_\_\_\_\_ років

3. Ваш науковий ступінь:

1 – Доктор наук

2 – Кандидат наук

3 – Не маю наукового ступеня

4. Вчене звання:

1 – Професор

2 – Доцент

3 – Не маю вченого звання

5. Вкажіть профіль дисциплін, які Ви викладаєте?

1 – Природничі

2 – Технічні/Технологічні

3 – Економічні

4 – Соціальні

5 – Філологічні

6 – Мистецькі

7 – Педагогічні

8 – Сфера обслуговування

9 – \_\_\_\_\_ Інша \_\_\_\_\_ дисципліна \_\_\_\_\_ (яка?)

6. Яка Ваша завантаженість в університеті сьогодні?

1 – Працюю понад одну ставку

2 – Працюю на повну ставку

3 – Завантаженість менше ставки

7. Які у Вас взаємовідносини із здобувачами?

1 – Повне взаєморозуміння → → → *Перейдіть до питання 9*

2 – Інколи бувають непорозуміння

3 – Повне нерозуміння

8. Якщо у Вас бувають конфлікти у взаєминах із здобувачами, то з якої причини? *(Можна вибрати декілька відповідей)*

1 – Труднощі, пов'язані з віком здобувачів (їх субкультурою)

2 – Не задовольняє відношення здобувачів до навчання

3 – Не завжди готуються до семінарів, практичних занять



- 4 – Прогулюють заняття  
 5 – Грублять, не поважають старших  
 6 – Зловживають психоактивними речовинами (курять, споживають алкоголь, наркотики)  
 7 – Інші причини (які?) \_\_\_\_\_

**9. На яких принципах Ви будете взаємовідносини із здобувачами? (Виберіть одну відповідь)**

- 1 – Переважно здобувачі визначають умови та темп навчального процесу  
 2 – Взаємини зі здобувачами будуються на засадах паритетних, демократичних засадах  
 3 – Відносини із здобувачами будуються на основі взаєморозуміння, але останнє слово за викладачем  
 4 – Здобувачі повинні беззаперечно виконувати усі вимоги викладача  
 5 – Взаємини зі здобувачами формальні  
 6 – Інше

**10. Дайте, будь ласка, середню оцінку якості контингенту здобувачів, з якими Ви працюєте: (Оберіть відповідь у кожному рядку)**

	Високий	Середній	Низький
1. Рівень працездатності	1	2	3
2. Рівень стомлюваності	1	2	3
3. Рівень стресостійкості	1	2	3
4. Рівень саморегуляції	1	2	3
5. Фізичне здоров'я	1	2	3
6. Гуманність способів взаємодії, взаємовідносин	1	2	3
7. Культура поведінки	1	2	3
8. Конструктивна активність у соціальній поведінці	1	2	3

**11. Нижче наведена шкала стресостійкості. Будь ласка, вкажіть, що Ви відчули у наведених двох ситуаціях: в перші дні війни та що Ви особисто відчуваєте зараз? (Виберіть по одному числовому коду в кожному стовпчику)**

Відчуття	1. Коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і те, що в країні вводиться воєнний стан?	2. Що Ви особисто відчуваєте зараз?
Повний спокій	1	1
Хвилювання	2	2
Побоювання	3	3
Переляк	4	4
Боязнь	5	5
Стійкий невроз (включаючи панічні атаки)	6	6
Стрес (доходить до нервового зриву)	7	7

**12. Де Ви перебуваєте в період воєнного стану? (Будь ласка, дайте відповідь у відповідних рядках по кожній позиції)**

Місце перебування	Весь період	Переважно	Інколи
1. У власному будинку	1	2	3
2. У будинку з батьками або іншими родичами	1	2	3
3. В орендованому будинку	1	2	3
4. В окремій власній квартирі	1	2	3
5. В окремій орендованій квартирі, орендованій	1	2	3

6.Кімнати (кімнатах) в будинку або квартирі, орендованій	1	2	3
7. Гуртожитку, готелю	1	2	3
Інше (що саме?)			

**13. У якій мірі Ви знайомі з правовим режимом воєнного часу? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Повністю володію цією інформацією
- 2 – Володію цією інформацією у загальних рисах
- 3 – Не володію цією інформацією / така інформація мене не цікавить

**14. У якій мірі Вам вдається дотримуватись правил воєнного стану? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Вдається дотримуватись у повній мірі
- 2 – В цілому дотримуватись вдається, проте не в усьому
- 3 – Здебільшого не вдається дотримуватися
- 4 – Не бачу в цьому потреби

**15. Чи виникали у Вас труднощі в перші дні оголошення воєнного стану в забезпеченні необхідних засобів? (Будь ласка, дайте відповідь у кожному рядку по кожній позиції)**

Засоби	Виникали значні труднощі	Виникали труднощі середньої або невеликої міри	Труднощів не виникало	У мене не було потреби в цих засобах
1. Формування запасу необхідних ліків	1	2	3	4
2. Формування засобів гігієни	1	2	3	4
3. Запаси питної води	1	2	3	4
4. Сірники, запальничка, фонарик	1	2	3	4
5.Спальник, поліуретановий килимок	1	2	3	4
6. Одяг (нижня білизна)	1	2	3	4
7. Формування запасу продуктів	1	2	3	4
8. В іншому відношенні (якому?)				

**16. Військовий стан створює Вам фізичні незручності?**

- 1 – Створює практично у всьому
- 2 – Частково створює
- 3 – Не створює

**17. Як Ви оцінюєте стан Вашого здоров'я в цілому, яким воно було до війни? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Здоров'я відмінне, добре
- 2 – Іноді хворію, але звичайними хворобами
- 3 – Здоров'я не дуже міцне, часто хворію
- 4 – Маю хронічне захворювання
- 5 – Маю інвалідність

**18. Як змінився стан Вашого здоров'я в умовах воєнного стану? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Покращився
- 2 – В цілому не змінився
- 3 – Трохи погіршився
- 4 – Сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться
- 5 – Сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться

**19. За період перебування в умовах воєнного стану Ви потребували соціальної допомоги?**

- 1 – Так, одного разу

- 2 – Так, неодноразово
- 3 – Ні

**20. Якщо Ви потребували допомогу, то яку?**

- 1 – Матеріальну (перерахунок коштів)
- 2 – Організацію умов проживання біженців
- 3 – Організацію закупівлі техніки для бойових дій
- 4 – Участь у виробництві обмундирування, засобів захисту та маскування
- 5 – Збір та сортування одягу
- 6 – Організація харчування
- 7 – Психологічну
- 8 – Іншу \_\_\_\_\_

**21. Хто Вам допоміг? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Рідні у своїй сім'ї
- 2 – Рідні, які не живуть зі мною
- 3 – Сусіди
- 4 – Знайомі, друзі
- 5 – Волонтери
- 6 – Державна, комунальна або соціальна служба
- 7 – Хтось інший  
(хто?) \_\_\_\_\_
- 8 – Допомоги ніхто не надавав

**22. Чи є у Вас досвід волонтерської роботи:**

- 1 – Так
- 2 – Ні

**23. Якщо Ви надавали допомогу іншим, то скільки часу вона займала:**

- 1 – 1–3 годин в тиждень
- 2 – 5–10 годин на тиждень
- 3 – 1–5 годин в день
- 4 – Більше 5 годин в день

**24. Яку допомогу Ви надавали іншим? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Матеріальну (перерахунок коштів)
- 2 – Організацію умов проживання біженців
- 3 – Організацію закупівлі техніки для бойових дій
- 4 – Участь у виробництві обмундирування, засобів захисту та маскування
- 5 – Збір та сортування одягу
- 6 – Організація харчування
- 7 – Психологічну
- 8 –  
Іншу \_\_\_\_\_

**25. В якій мірі Ви вважаєте заходи воєнного стану, адекватними щодо безпеки війни?**

*(Оберіть одну відповідь)*

- 1 – Недостатніми
- 2 – Цілком адекватні
- 3 – Дещо перебільшені
- 4 – Надмірні, думка про безпеку не відповідає дійсності
- 5 – Інша думка  
(яка?) \_\_\_\_\_

**26. На Вашу думку, як вплинуло введення воєнного стану на Вашу участь у навчальному процесі в цілому? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Умови навчання здобувачів дещо погіршилась
  - 2 – Умови навчання здобувачів істотно погіршилась
  - 3 – Умови навчання здобувачів в цілому не змінилась
  - 4 – Умови навчання здобувачів дещо покращилась
  - 5 – Здобувачі не вчаться
  - 6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**27. Як Ви організовуєте заняття зі здобувачами в умовах воєнного стану? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – За допомогою Інтернет-зв'язку, читаю лекції
- 2 – За допомогою Інтернет-зв'язку, проводжу семінари
- 3 – За допомогою Інтернет-зв'язку, проводжу консультації
- 4 – За допомогою Інтернет-зв'язку, задаю завдання для самостійної роботи
- 5 – Заняття не проводжу, буду надолужувати згаяне після завершення воєнного стану

**28. Чи сприяють умови за місцем нинішнього Вашого перебування для того, щоб Ви могли проводити Інтернет заняття зі здобувачами? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Маю окрему кімнату, в якій можна усамітнитись, для проведення дистанційного заняття
  - 2 – Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод проводити дистанційні заняття
  - 3 – Постійного місця немає, щоразу для проведення дистанційного заняття необхідно пристосовуватись
  - 4 – Умови для проведення дистанційного заняття погані, зовсім немає зручного місця для роботи
  - 5 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**29. Чи виникають сторонні перешкоди під час проведення Вами дистанційних занять зі здобувачами? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ні, ніхто не турбує
- 2 – Іноді виникають, але не дуже заважають
- 3 – Часто виникають, але не дуже заважають
- 4 – Іноді виникають, і дуже заважають
- 5 – Часто виникають, і дуже заважають
- 6 – Постійно і дуже заважають

**30. Чи виникають у Вас труднощі у період воєнного стану з наявністю необхідних навчальних матеріалів? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Труднощів немає, є всі необхідні матеріали для проведення занять
  - 2 – Труднощі є, але вони незначні
  - 3 – Є значні труднощі для проведення занять через відсутність необхідних навчальних матеріалів
  - 4 – Друга думка (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**31. Якщо труднощі є, то, насамперед, чого не вистачає? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Доступу до теоретичної літератури
  - 2 – Доступу до наукової періодики
  - 3 – Доступу до наочних посібників
  - 4 – Ні (або не вистачає) інтерактивних електронних підручників
  - 5 – Інші проблеми (які?) \_\_\_\_\_
-

**32. На Вашу думку, в цілому як вплинуло введення дистанційного навчання на якість освіти, здобуття знань здобувачами, у порівнянні з очним навчанням в університеті? (Позначте відповідь у кожному рядку)**

	Якість здобуття здобувачами знань покращилась	Якість здобуття знань здобувачами в цілому не змінилась	Якість здобуття здобувачами знань погіршилась
1. За дисциплінами загальної підготовки	1	2	3
2. За дисциплінами фахової підготовки	1	2	3
3. За здобуттям практичних навичок за кваліфікацією	1	2	3

**33. Якщо Ви вважаєте, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану покращилась, то в чому саме це позначилося? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Навчання здобувачів стало більш вмотивованим
- 2 – Викладання відволікає від психологічних проблем воєнного стану
- 3 – Покращилась можливість використання інтерактивних технологій
- 4 – Підвищилась якість інформаційної компетентності всіх учасників навчання
- 5 – Розширилися і поглибилися навички здобувачів у вирішенні тестових завдань, пошуку інформації
- 6 – Покращилися навички здобувачів з самоорганізації
- 7 – Інше \_\_\_\_\_

**34. Якщо Ви вважаєте, що якість дистанційної освіти в умовах воєнного стану погіршилась, то в чому саме це позначається? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Навчання заважає постійна психологічна ситуація стресу
- 2 – Здобувачі неухважні, невмотивовані до навчання
- 3 – Складно перевірити ступінь самостійності здобувачів у вирішенні навчальних завдань
- 4 – Ускладнено проведення індивідуальних занять з музики, лабораторних занять з технічних дисциплін
- 5 – Складно проводити об'єктивне оцінювання
- 6 – Є труднощі формування практичних навичок здобувачів
- 7 – Здобувачі позбавлені можливості колективної дискусії, розвивати SOFT SKILLS
- 8 – Дистанційно складно пояснювати здобувачам деякі практичні та ситуативні завдання
- 9 – Не всі здобувачі психологічно підготовлені до тривалої роботи за комп'ютером
- 10 \_\_\_\_\_
- Інше \_\_\_\_\_

**35. Яка Ваша технічна оснащеність для проведення дистанційних занять зі здобувачами? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Маю стаціонарний персональний комп'ютер
- 2 – Маю особистий ноутбук
- 3 – Маю особистий мобільний телефон чи планшет
- 4 – Особистої техніки не маю, але вона є в сім'ї, і можу користуватись
- 5 – Особистої техніки не маю, але взяв(ла) на тимчасове користування у знайомих, родичів, друзів, інших людей
- 6 – Особистої техніки не маю, але взяв(ла) напрокат
- 7 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_

**36. У якій мірі Ви володієте комп'ютером? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Добре
- 2 – На середньому рівні
- 3 – Слабо

**37. Чи виникають проблеми у процесі користування технічними пристроями під час проведення Вами занять зі здобувачами? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ні, нема, техніка працює безперебійно
- 2 – Є, тому, що техніка не нова, і іноді (часто) зависає
- 3 – Є, техніка не моя і не завжди вдається використовувати її протягом всього необхідного часу
- 4 – Є, через те, що є перебої (іноді або часто) з доступом до мережі Інтернет.
- 7 – Інша ситуація  
(яка?) \_\_\_\_\_

**38. Чи виникає у Вас занепокоєння з приводу того, що в результаті війни може відбутись скорочення штату в університеті? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Зовсім не хвилює
- 2 – В цілому не хвилює, але ймовірність цього не виключаю
- 3 – Хвилює
- 4 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

НАСАМКІНЕЦЬ, ДЕКІЛЬКА СЛІВ ПРО СЕБЕ:

**39. Ваша стать:**

- 1 – Чоловіча
- 2 – Жіноча

**40. Ваш вік: \_\_\_\_\_ років**

**41. Вкажіть, будь ласка, ваш середній дохід (приблизно) на одного члена Вашої сім'ї в місяць: \_\_\_\_\_ гривень**

**42. Які життєві можливості забезпечує бюджет Вашої сім'ї (або Ваш особисто, якщо немає сім'ї)? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Можу собі дозволити придбати будь-що, навіть найдорожчі
- 2 – Грушей вистачає на харчування, одяг, предмети тривалого користування і відпочинок
- 3 – Живемо від зарплати до зарплати, грошей вистачає тільки на харчування та необхідний одяг
- 4 – Ледве зводимо кінці з кінцями, грошей не завжди вистачає навіть на харчування

**43. Де Ви проживаєте в даний час (за фактом місця проживання)? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – В Ужгороді, Мукачеві
- 2 – В іншому районному центрі
- 3 – В селі, селищі

**44. Що у господарстві допомагає Вам економити або дає додатковий заробіток? (Можна вибрати будь-яку кількість відповідей)**

- 1 – Сад, город
- 2 – Худоба
- 3 – Автомобіль
- 4 – Можливість здавати нерухомість в оренду
- 5 – Власний бізнес
- 6 – Інше (напишіть) \_\_\_\_\_
- 7 – Нічого з цього нема

**45. Як змінилось матеріальне становище Вашої сім'ї (або особисто Ваше, якщо немає сім'ї) за час перебування в умовах воєнного стану?**

- 1 – Покращилось (на скільки %, приблизно \_\_\_\_\_ %)
- 2 – В цілому не змінилось
- 3 – Погіршилось (на скільки %, приблизно \_\_\_\_\_ %)

**46. Чи були у Вас деякі заощадження для того, щоб забезпечити для сім'ї (або для себе особисто, якщо не має сім'ї) прийнятну життєдіяльність ?**

- 1 – Були
- 2 – Не були

**47. Якщо були, на який термін дозволяють ваші заощадження прожити Вашій сім'ї (або Вам особисто, якщо немає сім'ї) в умовах воєнного стану в цілому нормально?**

На \_\_\_\_\_ місяців

**48. Якщо у Вас є матеріальні труднощі, як Ви їх вирішуйте або маєте намір вирішувати? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Візьму кредит в банку
- 2 – Візьму в борг засоби у родичів, знайомих
- 3 – Щось продам зі свого майна
- 4 – Продам деякі продукти, худобу
- 5 – Буду підробляти
- 6 – Не знаю, як буду вирішувати цю проблему

**ДЯКУЄМО ЗА ДОПОМОГУ В ДОСЛІДЖЕННІ!**

## АНКЕТА ДЛЯ ОПИТУВАННЯ УЧНІВ

Шановні учні!

Психологічна служба Мукачівського державного університету звертається до Вас з проханням ознайомитись з даною анкетой і відповісти на питання. Анкета містить запитання щодо Вашого життя та навчання в умовах воєнного стану.

Анкета є анонімною. Результати даного опитування будуть використані в узагальненому вигляді для науково-практичних рекомендацій спрямованих на підвищення якості освітнього процесу. Просимо відповідати на питання анкети об'єктивно та відверто.

**1. В якому класі Ви навчаєтесь?**

Клас \_\_\_\_\_

**2. Ваша стать:**

1 – Чоловіча

2 – Жіноча

**3. Будь ласка, вкажіть, що Ви відчули у наведених двох ситуаціях: 1) коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і те, що в країні вводиться воєнний стан; 2) що Ви особисто відчуваєте зараз? (Виберіть по одному числовому коду в кожному стовпчику)**

Відчуття	1. Коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і те, що в країні вводиться воєнний стан?	2. Що Ви особисто відчуваєте зараз?
Байдужість	1	1
Зацікавленість	2	2
Хвилювання	3	3
Роздратування	4	4
Побоювання	5	5
Переляк	6	6
Боязнь	7	7
Стійкий невроз	8	8
Стрес (доходить до нервового зриву)	9	9

**4. Які Ваші житлові умови у теперішній час? (Оберіть одну відповідь)**

1 – Окремий будинок, власний

2 – Орендований будинок

3 – Окрема квартира, власна

4 – Окрема квартира, орендована

5 – Готель

6 – Гуртожиток

7 – Інше \_\_\_\_\_

**5. Як ставитесь до того, що в період воєнного стану у Вас припинились безпосередні (не віртуальні!) контакти з однокласниками, з учнівським колективом? (Оберіть одну відповідь)**

1 – Ставлюся до цього з байдужістю

2 – Безпосередніх контактів не вистачає, але ставлюся до цього спокійно

3 – Відсутність безпосередніх контактів турбує, але ставлюся до цього з розумінням

4 – Відсутність безпосередніх контактів з однокласниками дуже турбує, відчуваю себе не комфортно.



5 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**6. У якій формі Ви підтримуєте контакти зі своїми однокласниками в період воєнного стану?**

(Можна обрати декілька відповідей)

- 1 – Через мережу Інтернет.
- 2 – Засобами телефонного зв'язку
- 3 – Зустрічаємось
- 4 – Немає можливості підтримувати

**7. Воєнний стан створює Вам фізичні незручності? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Не створює, не люблю багато рухатись
- 2 – Створює, бо немає умов для активного фізичного заняття
- 3 – Частково створює, але намагаюсь рухатись, робити зарядку
- 4 – Активно займаюсь зарядкою, спортом
- 5 – Активно займаюсь фізичною роботою

**8. Як складається стан Вашого здоров'я за період перебування в умовах воєнного стану?**

(Можна обрати декілька відповідей)

- 1 – В цілому не змінився
- 2 – Трохи погіршився фізично
- 3 – Трохи погіршився психічно
- 4 – Сильно погіршився фізично
- 5 – Сильно погіршився психічно

**9. За період воєнного стану Ви надавали допомогу іншим, які її потребують? (Оберіть по одному числовому коду у відповідних рядках).**

Кому надавали допомогу	Надавав (ла) одноразово	Надавав (ла) неодноразово	Був готовий (була готова) надати допомогу, але вона не була потрібна	Допомога була потрібна і я був готовий (була готова) її надати, але у мене не було можливості
1. Своїм близьким рідним	1	2	3	4
2. Знайомим дорослим людям	1	2	3	4
3. Своїм друзям, знайомим одноліткам	1	2	3	4
4. Незнайомим дорослим людям	1	2	3	4
Іншим (кому?)				

**10. Як вплинули умови воєнного стану на Ваше навчання в цілому? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Умови навчання дещо погіршилися
- 2 – Умови навчання істотно погіршилися
- 3 – Умови навчання в цілому не змінилися
- 4 – Умови навчання дещо покращилися
- 5 – Навчання відсутнє
- 6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**11. Якими є умови для занять за місцем Вашого перебування? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Є окрема кімната, в якій можна усамітнитись під час участі в дистанційних заняттях
- 2 – Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод брати участь у дистанційних заняттях

- 3 – Постійного місця для занять немає, щоразу для участі в дистанційних заняттях потрібно пристосовуюсь  
4 – Умови погані, зовсім немає зручного місця для участі в дистанційних заняттях.

**12. Під час Вашої участі в дистанційних заняттях виникають сторонні перешкоди? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ні, ніхто не турбує  
2 – Іноді виникають, але не дуже заважають  
3 – Часто виникають, але не дуже заважають  
4 – Іноді виникають, і дуже заважають  
5 – Часто виникають, і дуже заважають  
6 – Постійно і дуже заважають

**13. У період воєнного стану чи виникають у Вас труднощі у доступі до навчальної літератури? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Труднощів не має, вся необхідна навчальна література доступна  
2 – Труднощі у доступі до навчальної літератури є, але незначні  
3 – Труднощі в доступі до навчальної літератури великі  
4 – Інше \_\_\_\_\_
- 

**14. В цілому, як вплинуло введення дистанційного навчання на якість Вашої освіти? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Якість здобуття знань покращилась  
2 – Якість здобуття знань у цілому не змінилась  
3 – Якість здобуття знань погіршилась

**15. Яка Ваша технічна оснащеність для участі в дистанційному навчанні? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Маю особистий стаціонарний комп'ютер  
2 – Маю особистий ноутбук  
3 – Маю особистий мобільний телефон чи планшет  
4 – Особистої техніки не маю, але вона є в сім'ї, і я можу користуватись  
5 – Особистої техніки не маю, але взяв на тимчасове користування у знайомих, родичів, друзів  
6 – Особистої техніки не маю, але взяв напрокат  
7 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**16. Чи є проблеми у процесі користування технікою під час участі у дистанційному навчанні? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Немає, техніка працює безперебійно  
2 – Є, бо техніка не нова й іноді (або часто) зависає  
3 – Є, техніка не моя, і не завжди вдається використовувати її протягом всього необхідного часу  
4 – Є, бо є перебої (іноді або часто) з Інтернетом  
5 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**17. Чи є проблеми сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного заняття? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Немає, до дистанційної форми занять вдалося повністю пристосуватись  
2 – Є проблеми через незвичне сприйняття заняття  
3 – Є проблеми через незадовільну форму викладання  
4 – Є проблеми через технічні збої під час викладання з вини вчителя  
5 – Навчальний матеріал слабо пристосований для його трансляції в електронній формі (мало наочного матеріалу, громіздкий текст, не має інтерактивної форми.....)  
6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_
-

**18. Якщо не враховувати сон, як Ви проводите час в умовах воєнного стану? (Вкажіть у кожному рядку який процент (приблизно) в середньому в тиждень Ви витрачаєте на різні види діяльності)**

Види діяльності	Відсоток (запишіть у відповідних рядках)
1. Навчання (всі види в сукупності)	
2. Перегляд фільмів, ТВ, відео	
3. Читання літератури, преси	
4. Прослуховування музики	
5. Зустріч з друзями, знайомими	
6. Прогулянки на природі, катання на машині, мотоциклі, велосипеді	
7. Заняття хобі (вишивати, майструвати й т.д.)	
8. Ігри на комп'ютері, інші ігри	
9. Комунікація, листування в Інтернеті, в тому числі в соціальних мережах	
10. Заняття спортом, гімнастикою	
11. Волонтерська робота	
11. Різні побутові справи: прибирання по дому, робота в городі, саду, з тваринами, в цілому по будинку (включаючи прибирання)	

**19. Чи є у Вас занепокоєння, що у результаті дистанційного навчання не отримаєте необхідної якісної освіти? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Зовсім не побоююся
- 2 – В цілому не побоююся, але ймовірність цього не виключаю
- 3 – В якійсь мірі побоююся, хоча багато залежить від мене самого (самої)
- 4 – Дуже побоююся, але буду що-небудь робити, щоб уникнути цього
- 5 – Якість освіти за фахом однозначно буде поганою
- 6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

***ЩИРО ДЯКУЄМО ЗА ДОПОМОГУ У ДОСЛІДЖЕННІ!***

## АНКЕТА ДЛЯ ОПИТУВАННЯ УЧНІВ ВПО

Шановні учні!

Психологічна служба Мукачівського державного університету звертається до Вас з проханням ознайомитись з даною анкетой і відповісти на питання. Анкета містить запитання щодо Вашого життя та навчання в умовах воєнного стану.

Анкета є анонімною. Результати даного опитування будуть використані в узагальненому вигляді для науково-практичних рекомендацій спрямованих на підвищення якості освітнього процесу. Просимо відповідати на питання анкети об'єктивно та відверто.

1. В якому класі Ви навчаєтесь? \_\_\_\_\_ клас

2. Ваша стать:

1 – Чоловіча

2 – Жіноча

3. Нижче наведена шкала стресостійкості. Будь ласка, вкажіть, що Ви відчули у наведених двох ситуаціях: в перші дні війни та що Ви особисто відчуваєте зараз? (Виберіть по одному числовому коду в кожному стовпчику)

Відчуття	1. Коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і те, що в країні вводиться воєнний стан?	2. Що Ви особисто відчуваєте зараз?
Повний спокій	1	1
Хвилювання	2	2
Побоювання	3	3
Переляк	4	4
Боязнь	5	5
Стійкий невроз (включаючи панічні атаки)	6	6
Стрес (доходить до нервового зриву)	7	7

4. Які Ваші житлові умови у теперішній час? (Оберіть одну відповідь)

1 – Окремий будинок

2 – Окрема квартира

3 – Готель

4 – Гуртожиток

5 – Інше \_\_\_\_\_

5. Як ставитесь до того, що в період воєнного стану у Вас припинились безпосередні (не віртуальні!) контакти з однокласниками, з учнівським колективом? (Оберіть одну відповідь)

1 – Ставлюся до цього з байдужістю

2 – Безпосередніх контактів не вистачає, але ставлюся до цього спокійно

3 – Відсутність безпосередніх контактів турбує, але ставлюся до цього з розумінням

4 – Відсутність безпосередніх контактів з однокласниками дуже турбує, відчуваю себе не комфортно.

5 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

6. У якій формі Ви підтримуєте контакти зі своїми однокласниками в період воєнного стану? (Можна обрати декілька відповідей)

1 – Через мережу Інтернет.

2 – Засобами телефонного зв'язку

- 3 – Зустрічаємось
- 4 – Немає можливості підтримувати

**7. Під час воєнного стану багато людей використовують фізичні навантаження для боротьби зі стресом. А що робите Ви? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Нічого, не люблю багато рухатись
- 2 – Намагаюсь рухатись, робити зарядку
- 3 – Активно займаюсь зарядкою, спортом
- 4 – Активно займаюсь фізичною роботою

**8. Як складається стан Вашого здоров'я за період перебування в умовах воєнного стану? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Покращився
- 2 – В цілому не змінився
- 3 – Трохи погіршився
- 4 – Сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться
- 5 – Сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться

**9. За період воєнного стану Ви надавали допомогу іншим, які її потребують? (Оберіть по одному числовому коду у відповідних рядках).**

Кому надавали допомогу	Надавав (ла) одноразово	Надавав (ла) неодноразово	Був готовий (була готова) надати допомогу, але вона не була потрібна	Допомога була потрібна і я був готовий (була готова) її надати, але у мене не було можливості
1. Своїм близьким рідним	1	2	3	4
2. Знайомим дорослим людям	1	2	3	4
3. Своїм друзям, знайомим одноліткам	1	2	3	4
4. Незнайомим дорослим людям	1	2	3	4
Іншим (кому?)				

**10. Скільки днів загалом Ви є вимушеними переселенцями? (Напишіть відповідь) \_\_\_\_\_ днів**

**11. Опишіть тривалість Вашого перебування в умовах тимчасового проживання: (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Незначна
- 2 – В цілому прийнятна
- 3 – Значна
- 4 – Надмірна

**12. Як вплинули умови воєнного стану на Ваше навчання в цілому? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Умови навчання дещо погіршилися
- 2 – Умови навчання істотно погіршилися
- 3 – Умови навчання в цілому не змінилися
- 4 – Умови навчання дещо покращилися
- 5 – Навчання відсутнє
- 6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**13. Якими є умови для занять за місцем Вашого перебування? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Є окрема кімната, в якій можна усамітнитись під час участі в дистанційних заняттях
- 2 – Окремої кімнати немає, але є відносно автономне місце, де я можу без перешкод брати участь у дистанційних заняттях

- 3 – Постійного місця для занять немає, щоразу для участі в дистанційних заняттях потрібно пристосовуюсь
- 4 – Умови погані, зовсім немає зручного місця для участі в дистанційних заняттях.

**14. Під час Вашої участі в дистанційних заняттях виникають сторонні перешкоди? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Ні, ніхто не турбує
- 2 – Іноді виникають, але не дуже заважають
- 3 – Часто виникають, але не дуже заважають
- 4 – Іноді виникають, і дуже заважають
- 5 – Часто виникають, і дуже заважають
- 6 – Постійно і дуже заважають

**15. У період воєнного стану чи виникають у Вас труднощі у доступі до навчальної літератури? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Труднощів не має, вся необхідна навчальна література доступна
- 2 – Труднощі у доступі до навчальної літератури є, але незначні
- 3 – Труднощі в доступі до навчальної літератури великі
- 4 – Інше \_\_\_\_\_
- 

**16. В цілому, як вплинуло введення дистанційного навчання на якість Вашої освіти? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Якість здобуття знань покращилась
- 2 – Якість здобуття знань у цілому не змінилась
- 3 – Якість здобуття знань погіршилась

**17. Яка Ваша технічна оснащеність для участі в дистанційному навчанні? (Можна обрати кілька відповідей)**

- 1 – Маю особистий стаціонарний комп'ютер
- 2 – Маю особистий ноутбук
- 3 – Маю особистий мобільний телефон чи планшет
- 4 – Особистої техніки не маю, але вона є в сім'ї, і я можу користуватись
- 5 – Особистої техніки не маю, але взяв на тимчасове користування у знайомих, родичів, друзів
- 6 – Особистої техніки не маю, але взяв напрокат
- 7 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**18. Чи є проблеми у процесі користування технікою під час участі у дистанційному навчанні? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Немає, техніка працює безперебійно
- 2 – Є, бо техніка не нова й іноді (або часто) зависає
- 3 – Є, техніка не моя, і не завжди вдається використовувати її протягом всього необхідного часу
- 4 – Є, бо є перебої (іноді або часто) з Інтернетом
- 5 – Інша ситуація (яка?) \_\_\_\_\_
- 

**19. Чи є проблеми сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного заняття? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Немає, до дистанційної форми занять вдалося повністю пристосуватись
- 2 – Є проблеми через незвичне сприйняття заняття
- 3 – Є проблеми через незадовільну форму викладання
- 4 – Є проблеми через технічні збої під час викладання з вини вчителя
- 5 – Навчальний матеріал слабо пристосований для його трансляції в електронній формі (мало наочного матеріалу, громіздкий текст, не має інтерактивної форми.....)
- 6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_
-

**20. Якщо не враховувати сон, як Ви проводите час в умовах воєнного стану?** (Вкажіть у кожному рядку який процент (приблизно) в середньому в тиждень Ви витрачаєте на різні види діяльності)

Види діяльності	Відсоток (запишіть у відповідних рядках)
1. Навчання (всі види в сукупності)	
2. Перегляд фільмів, ТВ, відео	
3. Читання літератури, преси	
4. Прослуховування музики	
5. Зустріч з друзями, знайомими	
6. Прогулянки на природі, катання на машині, мотоциклі, велосипеді	
7. Заняття хобі (вишивати, майструвати й т.д.)	
8. Ігри на комп'ютері, інші ігри	
9. Комунікація, листування в Інтернеті, в тому числі в соціальних мережах	
10. Заняття спортом, гімнастикою	
11. Волонтерська робота	
11. Різні побутові справи: прибирання по дому, робота в городі, саду, з тваринами, в цілому по будинку (включаючи прибирання)	
<b>ВСЬОГО</b>	<b>100</b>

**21. Чи є у Вас занепокоєння, що у результаті дистанційного навчання не отримаєте необхідної якісної освіти?** (Оберіть одну відповідь)

1 – Зовсім не побоююся

2 – В цілому не побоююся, але ймовірність цього не виключаю

3 – В якійсь мірі побоююся, хоча багато залежить від мене самого (самої)

4 – Дуже побоююся, але буду що-небудь робити, щоб уникнути цього

5 – Якість освіти за фахом однозначно буде поганою

6 – Інша думка (яка?) \_\_\_\_\_

**ЩИРО ДЯКУЄМО ЗА ДОПОМОГУ У ДОСЛІДЖЕННІ!**

## АНКЕТА ДЛЯ ОПИТУВАННЯ ВПО

Шановні учасники опитування!

Психологічна служба Мукачівського державного університету звертається до Вас з проханням ознайомитись з даною анкетною і відповісти на питання. Анкета містить запитання щодо Вашого життя в умовах воєнного стану.

Анкета є анонімною. Результати даного опитування будуть використані в узагальненому вигляді для науково-практичних рекомендацій.

**1. Нижче наведена шкала стресостійкості. Будь ласка, вкажіть, що Ви відчули у наведених двох ситуаціях: в перші дні війни та що Ви особисто відчуваєте зараз? (Виберіть по одному числовому коду в кожному стовпчику)**

Відчуття	1. Коли вперше дізналися, що росія розпочала війну з Україною і те, що в країні вводиться воєнний стан?	2. Що Ви особисто відчуваєте зараз?
Повний спокій	1	1
Хвилювання	2	2
Побоювання	3	3
Переляк	4	4
Боязнь	5	5
Стійкий невроз (включаючи панічні атаки)	6	6
Стрес (доходить до нервового зриву)	7	7

**2. Які Ваші житлові умови у теперішній час? (Оберіть одну відповідь)**

1 – Окремий будинок

2 – Окрема квартира

3 – Готель

4 – Гуртожиток

5 –

Інше \_\_\_\_\_

**3. Чому Ви переїхали в цей регіон?**

1 – Їхали за маршрутом курсування евакуаційного транспорту

2 – Це перший безпечний регіон на моєму шляху

3 – Переїхали до родичів/друзів

4 – Сюди направили волонтери

5 – Знайшли житло в цьому регіоні

6 – Регіон подобається

7 –

Інше \_\_\_\_\_

**4. Чи відвідують Ваші діти дитячі/навчальні заклади на місці теперішнього перебування? (можливі декілька варіантів відповіді)**

1 – Так, відвідують дитячий садок

2 – Так, відвідують школу

3 – Так, навчаються у ВНЗ

4 – Ні, навчаються дистанційно

5 – Ні, але плануємо влаштувати

6 – Ні, не має такої можливості у міській громаді

**5. Чи задоволені Ви рівнем соціальної інфраструктури та соціального забезпечення, умовами перебування за місцем теперішнього проживання?**

1 – Так

2 – Ні

3 – Частково



**6. У якій мірі Ви знайомі з правовим режимом воєнного часу? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Повністю володію цією інформацією
- 2 – Володію цією інформацією у загальних рисах
- 3 – Не володію цією інформацією / така інформація мене не цікавить

**7. У якій мірі Вам вдається дотримуватись правил воєнного стану? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Вдається дотримуватись у повній мірі
- 2 – В цілому дотримуватись вдається, проте не в усьому
- 3 – Здебільшого не вдається дотримуватись
- 4 – Не бачу в цьому потреби

**8. Чи виникали у Вас труднощі в перші дні оголошення воєнного стану в забезпеченні необхідних засобів? (Будь ласка, дайте відповідь у кожному рядку по кожній позиції)**

Засоби	Виникали значні труднощі	Виникали труднощі середньої або невеликої міри	Труднощів не виникло	У мене не було потреби в цих засобах
1. Формування запасу необхідних ліків	1	2	3	4
2. Формування засобів гігієни	1	2	3	4
3. Запаси питної води	1	2	3	4
4. Сірники, запальничка, фонарик	1	2	3	4
5. Спальник, поліуретановий килимок	1	2	3	4
6. Одяг (нижня білизна)	1	2	3	4
7. Формування запасу продуктів	1	2	3	4
8. В іншому відношенні (якому?)				

**9. Скільки днів загалом Ви є вимушеними переселенцями? (Напишіть відповідь) \_\_\_\_\_ днів**

**10. Оцініть тривалість Вашого перебування в умовах тимчасового проживання: (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Незначна
- 2 – В цілому прийнятна
- 3 – Значна
- 4 – Надмірна

**11. Воєнний стан створює Вам фізичні незручності? (Можна обрати декілька відповідей)**

- 1 – Створює практично у всьому
- 2 – Частково створює
- 3 – Не створює

**12. Як Ви оцінюєте стан Вашого здоров'я до війни? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Здоров'я відмінне, добре
- 2 – Іноді хворію, але звичайними хворобами
- 3 – Здоров'я не дуже міцне, часто хворію
- 4 – Маю хронічне захворювання
- 5 – Маю інвалідність

**13. Як Ви оцінюєте стан Вашого здоров'я сьогодні? (Оберіть одну відповідь)**

- 1 – Покращився
- 2 – В цілому не змінився
- 3 – Трохи погіршився
- 4 – Сильно погіршився, але сподіваюся, що здоров'я відновиться
- 5 – Сильно погіршився і вважаю, що здоров'я не відновиться

**14. За період перебування в умовах воєнного стану Ви потребували соціальної допомоги?**

- 1 – Так, одного разу
- 2 – Так, неодноразово

3 – Ні

**15. Якщо Ви потребували допомогу, то яку?** *(Будь ласка, вкажіть)*

- 
- 1 – Матеріальну (перерахунок коштів)
  - 2 – Організацію умов проживання біженців
  - 3 – Організацію закупівлі техніки для бойових дій
  - 4 – Участь у виробництві обмундирування, засобів захисту та маскування
  - 5 – Збір та сортування одягу
  - 6 – Організація харчування
  - 7 – Психологічну
  - 8 – Іншу \_\_\_\_\_

**16. Хто Вам допоміг?** *(Можна обрати кілька відповідей)*

- 1 – Рідні у своїй сім'ї
- 2 – Рідні, які не живуть зі мною
- 3 – Сусіди
- 4 – Знайомі, друзі
- 5 – Волонтери
- 6 – Соціальна служба
- 7 – Хтось інший  
*(хто?)* \_\_\_\_\_
- 8 – Допомоги ніхто не надавав

**17. Чи є у Вас досвід волонтерської роботи:**

- 1 – Ні
- 2 – Так

**18. Якщо Ви надавали допомогу іншим, то скільки часу вона займала:**

- 1 – 1–3 годин в тиждень
- 2 – 5–10 годин на тиждень
- 3 – 1–5 годин в день
- 4 – Більше 5 годин в день

**19. Яку допомогу Ви надавали іншим?** *(Будь ласка, вкажіть)*

- 1 – Матеріальну (перерахунок коштів)
- 2 – Організацію умов проживання біженців
- 3 – Організацію закупівлі техніки для бойових дій
- 4 – Участь у виробництві обмундирування, засобів захисту та маскування
- 5 – Збір та сортування одягу
- 6 – Організація харчування
- 7 – Психологічну
- 8 – \_\_\_\_\_
- Іншу \_\_\_\_\_

**20. На Вашу думку, як вплинуло введення воєнного стану на Вашу участь у професійній самореалізації?** *(Оберіть одну відповідь)*

- 1 – Умови професійної роботи дещо погіршилась
- 2 – Умови професійної роботи істотно погіршилась
- 3 – Умови професійної роботи в цілому не змінилась
- 4 – Умови професійної роботи дещо покращилась
- 5 – Умови професійної роботи відсутні

6 – Інша думка

(яка?) \_\_\_\_\_

---

**21. Як Ви організуєте свою професійну роботу в умовах воєнного стану?**

1 – За допомогою Інтернет-зв'язку

2 – Реально виконую професійні функції

3 – Виконую тимчасово інші професійні функції

4 – Не виконую, буду надолжувати згаяне після завершення воєнного стану

5

– Інша

ситуація

(яка?)

---

**НАСАМКІНЕЦЬ, ДЕКІЛЬКА СЛІВ ПРО СЕБЕ:**

**22. Ваша стать:**

1 – Чоловіча

2 – Жіноча

**23. Ваш вік: \_\_\_\_\_ років**

**24. Ваша освіта:**

1 – Повна вища

2 – Базова/неповна вища

3 – Професійно-технічна

4 – Повна загальна середня освіта

**25. Де нині перебуває Ваш(а) чоловік/дружина?**

1 – Разом зі мною

2 – В Збройних силах України/ територіальній обороні

3 – В місці постійного проживання

4 – В іншому місці в Україні

5 – Закордоном

**26. Вкажіть, будь ласка, ваш середній дохід (приблизно) на одного члена Вашої сім'ї в місяць:**

\_\_\_\_\_ гривень

**27. Які життєві можливості забезпечує бюджет Вашої сім'ї (або Ваш особисто, якщо немає сім'ї)?**

*(Оберіть одну відповідь)*

1 – Можу собі дозволити придбати будь-що, навіть найдорожчі

2 – Грошей вистачає на харчування, одяг, предмети тривалого користування і відпочинок

3 – Живемо від зарплати до зарплати, грошей вистачає тільки на харчування та необхідний одяг

4 – Ледве зводимо кінці з кінцями, грошей не завжди вистачає навіть на харчування

**28. Як змінилось матеріальне становище Вашої сім'ї (або особисто Ваше, якщо немає сім'ї) за час перебування в умовах воєнного стану?**

1 – Покращилось (на скільки %, приблизно \_\_\_\_\_%)

2 – В цілому не змінилось

3 – Погіршилось (на скільки %, приблизно \_\_\_\_\_%)

**29. Чи були у Вас деякі заощадження для того, щоб забезпечити для сім'ї (або для себе особисто, якщо не має сім'ї) прийнятну життєдіяльність ?**

1 – Були

2 – Не були

**30. Якщо були, на який термін дозволяють ваші заощадження прожити Вашій сім'ї (або Вам особисто, якщо немає сім'ї) в умовах воєнного стану в цілому нормально?**

На \_\_\_\_\_ місяців

**31. Якщо у Вас є матеріальні труднощі, як Ви їх вирішуєте або маєте намір вирішувати?**

*(Можна обрати декілька відповідей)*

- 1 – Візьму кредит в банку
- 2 – Візьму в борг засоби у родичів, знайомих
- 3 – Щось продам зі свого майна
- 4 – Продам деякі продукти, худобу
- 5 – Буду підробляти
- 6 – Не знаю, як буду вирішувати цю проблему

**ДЯКУЄМО ЗА ДОПОМОГУ В ДОСЛІДЖЕННІ!**



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>