

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-312-5-36>

**THE INFLUENCE OF MODERN DISTANCE EDUCATION
TECHNOLOGIES ON THE FORMATION
OF STUDENTS' STRESS RESISTANCE DURING THE WAR**

**ВПЛИВ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО
НАВЧАННЯ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ
СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

Ovcharenko O. Yu.

ORCID ID: 0000-0002-8589-1353

*Master of Psychology, PhD
in Psychology,
Assistant*

*Open International
University of Human Development
"Ukraine"
Kyiv, Ukraine*

Овчаренко О. Ю.

ORCID ID: 0000-0002-8589-1353

*магістр психології, здобувач PhD
психології,
асистент*

*Відкритий міжнародний
університет розвитку людини
«Україна»
м. Київ, Україна*

Війна є одним із найбільших стресів відомих людству. Війна та тероризм збільшують ризик травматичного досвіду та призводять до хронічних психологічних процесів. Посттравматичний стресовий розлад є одним із найпоширеніших психічних розладів у постраждалих від війни. Наслідки війни негативно впливають і будуть надалі мати негативний вплив на психічне здоров'я громадян України. Наслідки мають як військові так і цивільні, тобто всі, хто втягнутий у конфлікт мають ризик посттравматичного стресового розладу, депресії, тривоги та інші стани, пов'язані зі стресом, включаючи зловживання алкоголем і наркотиками [1]. Із дослідження Vedat Şar (2017), поширеність посттравматичного стресового розладу спостерігається у 10% протягом перших кількох місяців серед осіб, які зазнали впливу терористичних атак пов'язаних з війною. Ці показники збільшуються серед жінок та біженців, які рятуються від війни [2].

Ще в одному дослідженні Latifeh Yousef (2021), було виявлено зв'язок між посттравматичним стресовим розладом і внутрішнім переміщенням, а також поширеність травм та симптомів ПТСР серед сирійських студентів [3].

Особливою категорією населення, яке страждає від війни є студенти та студенти з інвалідністю, яким треба продовжувати навчання в жорстких умовах. Дистанційне навчання на сьогодні є однією із доступних форм навчання в умовах війни та до якого вже звикли студенти від часів карантину. Завдяки дистанційному навчанню, студенти без територіальних обмежень можуть навчатися по всьому світу, цей вид навчання став світовим трендом. Але головною проблемою дистанційного навчання залишаються технічні проблеми. Це і якість зв'язку, відсутність технічних засобів, а головною проблемою, з якою зіткнулась Україна – відключення електропостачання та постійні повітряні тривоги, які змушують переривати освітній процес.

Тому основним завданням ЗВО є впровадження новітніх технологій для можливості студентів навчатись в перервах між тривогами, між відключенням електропостачання, тобто в будь-який час та за будь-якою можливістю. А головне, щоб навчання не стало черговим стресом для студентів, а мало включати готовність викладачів до психологічної підтримки, щире спілкування та бажання студентами вчитися.

Значного психологічного впливу зазнають студенти, навчальні заклади яких було зруйновано. Станом на серпень 2022 рік, понад 2000 закладів освіти було пошкоджено, понад 220 повністю зруйновано, з них – 131 (5,5%) закладів фахової передвищої та вищої освіти. За цей же період, не відновили навчання майже 24 тисячі студентів. Причиною для продовження освіти були відсутність підключення до Інтернету (79%), погіршення безпекової ситуації в місцях навчання (46%), відсутність технічних засобів для онлайн-викладання та навчання (39%), а також те, що студенти не можуть продовжувати навчання через потребу заробітку (28%) [4].

Одним із чинників забезпечення успішної діяльності студентів з інвалідністю та без інвалідності – є адаптація до навчання в ЗВО. Студенти з інвалідністю, як і їхні більш здорові однолітки, включені в соціальні взаємодії в освітньому процесі завдяки достатній академічній мотивації, бажанню вчитися, здатності проектувати складну навчальну ситуацію і знаходити вихід [5].

Нами було проведено емпіричне дослідження для виявлення впливу сучасних технологій дистанційного навчання на формування стресостійкості студентів під час війни.

При проведенні емпіричного дослідження нами було використано коротку шкалу стійкості (The Brief Resilience Scale; B. Smith) для оцінки стійкості з точки зору того, як швидко людина адаптується до

стресу та коротку шкалу тривоги, депресії та ПТСР, для швидкого виявлення ознак посттравматичного стресового розладу у людей, які пережили психічну травму.

В опитування також входили анкетні дані. Вибірку склали 60 студентів Відкритого міжнародного університету розвитку людини «УКРАЇНА».

У зв'язку з відносно невеликими розмірами вибірки, розглядаємо це дослідження як таке, що має пілотажний характер.

В анкетних даних на питання «Як проходить навчання онлайн/офлайн/змішане?» було отримано результати: онлайн – 73,3%; офлайн – 6,7%; змішане – 20 %. Серед респондентів – 73,3% осіб без інвалідності та 26,7% з інвалідністю. Майже вся частина опитувальних на момент заповнення даних була на території України – 83,3%, в інших країнах – 16,7%.

За результатами дослідження короткої шкали стійкості нами було визначено, що стійкість у студентів з інвалідністю та без інвалідності майже на одному рівні. Студенти характеризуються середнім рівнем розвитку резильєнтності, їх психологічна пружність розвинута частково та значну частину проблем та негараздів вони долають без серйозних наслідків. Поясненням може бути те, що Університет, де навчаються студенти, розробив для них легкодоступну у використанні платформу для навчання в режимі онлайн, таку як «Moodle». Проводить як для викладачів так і для студентів курси щодо освоєння даної програми, а також додаткові роз'яснення, які дають можливість підвищити стійкість студентів в умовах війни.

За результатами дослідження короткої шкали тривоги, депресії та ПТСР, серед студентів з інвалідністю та студентів без інвалідності, також майже немає різниці в показниках. У студентів не виявлено травматизації психічного стану та вони досить добре справляються з наслідками тривог війни та її безперервним впливом. Можливо, раніше даний вплив відчувався більш травматично, але внаслідок гарної адаптації вони навчилися жити з цим без надто згубних наслідків для себе.

Тож, як бачимо із дослідження, дистанційна освіта має свої особливості в умовах війни, що значно не вплинуло на показники тривоги та депресії серед студентів з інвалідністю та без інвалідності та дає нам змогу зробити висновки, що впровадження ЗВО новітніх освітніх технологій сприяє відчуттю безпеки, спонукає постійно вчитися та вміння студента працювати за умов невизначеності та гнучко адаптуватися у мінливих життєвих ситуаціях.

Студенти як з інвалідністю так і без інвалідності, добре справляються з наслідками тривоги війни та її безперервним впливом, мають середній рівень розвитку резильєнтності та значну частину проблем долають без серйозних наслідків. Враховуючи те, що більша частина студентів на момент заповнення анкетних даних знаходились в Україні, де ведуться активні бойові дії та відбуваються постійні повітряні тривоги, до того ж більша частина студентів навчається в онлайн режимі та в умовах відключення електроенергії, все ж таки ми не спостерігаємо травматизації психічного стану. Можемо припустити, що це пов'язано з їх адаптацією до життя в умов військового часу без негативних наслідків для себе, тому що на момент заповнення даних опитувальників, війна в Україні триває вже один рік, і можливо, раніше даний вплив був більш травматичним.

Також припускаємо те, що Університет «УКРАЇНА» вчасно впровадив сучасні технології дистанційного навчання, що дозволили продовжувати освітній процес під час військового стану, що сприяло відкриттю кордонів та інтеграції Університету у європейський простір. Для реалізації дистанційного навчання Університетом «УКРАЇНА» було створено надсучасну платформу для навчання «Moodle», створена матеріальна база, була проведена підготовка фахівців, які змогли реалізувати цю методику та наповнити освітню базу навчально-методичними матеріалами та організувати методику контролю та перевірку знань. А також, в зв'язку з провадженням інтегрованого навчання, як бачимо із результатів дослідження, було зрівняно показники тривожності та стійкості між студентами з інвалідністю та без інвалідності.

Але, для зниження напруги, стресу та виснаження студентської молоді в умовах війни необхідно посилити психологічну підтримку, яка має бути реалізована у закладі вищої освіти для створення безпечних, комфортних умов навчання. Психологічне та фізичне здоров'я студентів є значним чинником успішної самореалізації.

Література:

1. Sheather, J. As Russian troops cross into Ukraine, we need to remind ourselves of the impact of war on health. *BMJ*, 2022. P. 499. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.o499>
2. Vedat Şar. Post-Traumatic Stress in Terror and War. *The Medical Journal of Okmeydani Training and Research Hospital*. 2017. 33(Suppl). P. 114–120. DOI: 10.5222/otd.2017.114

3. Latifeh Yousef, Omar Ebrahim, Mohammad Hareth AlNahr, Fatema Mohsen, Nazir Ibrahim & Bisher Sawaf. War-related trauma and post-traumatic stress disorder prevalence among Syrian university students. *European Journal of Psychotraumatology*, 12:1, 1954774. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1954774>
4. Опитування: Оцінювання потреб вищої освіти України. Первинний аналіз 25 червня – 04 серпня 2022.
5. URL: Профспілка працівників освіти і науки України. <https://pon.org.ua/novyny/9706-iz-pochatku-viiny-maizhe-24-tysiachi-studentiv-ne-vidnovly-svoie-navchannia.html>
6. Shamionov RM, Grigoryeva MV, Grinina ES, Sozonnik AV. Characteristics of Academic Adaptation and Subjective Well-Being in University Students with Chronic Diseases. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2020. 10(3): P. 816–831. DOI: <https://doi.org/10.3390/ejihpe10030059>