

артефактів є не менш ефективним засобом розвитку соціальної відповідальності. Під час проведення майстер-класів є можливість залучити невелику кількість учасників, але така практика виступає як своєрідна реклама, відповідно, збільшує кількість охочих взяти участь у наступних майстер-класах, тобто розширює коло тих, які долучаються до волонтерства. На початковому етапі з різних мотивів, надалі частина учасників починає діяти систематично та свідомо.

Ще одним засобом розвитку соціальної відповідальності є виготовлення необхідних військовим речей, зокрема, окопних свічок та розпалювачів, які надалі передаються у військові підрозділи.

Отже, волонтерство як суспільне явище має власні ознаки, характеристики. Заняття волонтерською діяльністю є дієвим інструментом розвитку соціальної відповідальності молоді, адже потребує систематичності, безкорисливості, потреби діяти на благо інших. Заняття волонтерством формує ключові життєві компетенції, сприяє професійному становленню майбутніх фахівців. Дієвими засобами розвитку соціальної відповідальності є соціально-мистецькі ініціативи, які реалізуються через мистецькі проекти, практичні кейси під час опанування освітніх компонентів, майстер-класи, систематична робота над виготовленням необхідних для конкретної групи засобів. Через означені практики формується покоління свідомих та відповідальних фахівців, здатних поєднувати професійність і громадянську позиції. Досвід реальної взаємодії сприяє розвитку ціннісного ставлення, етичної зрілості та готовності діяти в умовах суспільних викликів.

Джерела та література

1. Бондаренко З.П. Соціально-педагогічне волонтерство як бренд сучасної студентської молоді. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки.* 2019. № 2 (18). С. 130-136.
2. Іскаємов І. Волонтерство як спосіб розвитку навичок і кар'єри для молоді. URL. <https://www.lac.org.ua/12066-2/> (дата звернення: (01.04.2026).
3. Концепція розвитку громадянської освіти в Україні. URL. <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2018/01/KONTSEPTSIYA-ROZVYTKU-GROMADYANSKOYI-OSVITY-V-UKRAYINI.pdf> (дата звернення: (01.04.2026).
4. Лях, Т., Лютий, В., Жуков, В.. Волонтерська діяльність студентів як шлях до їхньої активної участі у суспільному житті громади. *Ввічливість. Humanitas.* Вип. 3. 2024. С. 68–76.
5. Трубнікова О. А. Волонтерство як форма соціальної активності особистості. *Актуальні проблеми психології.* Т.7, вип. 20, Ч. 2. 2009. С. 205-208.

УДК 159.9

Періг І., канд. психол. наук, доц.

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

СТРАТЕГІЇ ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СУЧАСНИХ СТУДЕНТІВ

Анотація. У статті запропоновано дослідження рівня ментального здоров'я сучасних студентів в умовах воєнного стану, представлено показники розвитку стратегій подолання стресу за методикою «BASIC Ph».

Ключові слова: Ментальне здоров'я, стратегії подолання стресу, «BASIC Ph».

Perig I., Ph.D. (Psych.), Assoc. Prof.

Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ukraine

STRATEGIES TO SUPPORT THE MENTAL HEALTH OF TODAY'S STUDENTS

Abstract. The article proposes a study of the level of mental health of modern students under martial law, and presents indicators of the development of stress coping strategies using the "BASIC Ph" method.

Keywords: mental health, stress coping strategies, "BASIC Ph."

Тема ментального здоров'я є однією із центральних, оскільки стосується фізичного, психологічного, соціального та духовного благополуччя особистості [1]. Ментальному здоров'ю загрожують небезпека, відчуття тривоги та страху внаслідок війни, матеріальні, соціальні, особистісні проблеми, пов'язані із ускладненими умовами життя.

Як свідчать сучасні дослідження [3], студентство є найбільш вразливою категорією стосовно сенситивності до травмуючих впливів.

Ми вважали за доцільне дослідити показники ментального здоров'я здобувачів вищої освіти за допомогою методики «Шкала позитивного ментального здоров'я» (PMH-SCALE, адаптація Л.М. Карамушки, О.В. Креденцер, К.В. Терещенко) (рис. 1).

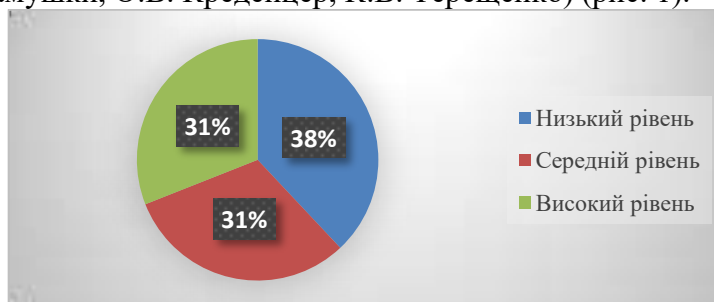


Рис. 1. Рівні ментального здоров'я

Зважаючи на результати, особливе занепокоєння викликали 38% студентів, які мають низький рівень ментального здоров'я, що може позначатися на їхньому самопочутті, емоційній, мотиваційній сферах, комунікації, навчальній діяльності, адаптаційних можливостях тощо.

Окрім визначення показників рівня психологічного благополуччя, нам було значимо зрозуміти які стратегії подолання в складних життєвих ситуаціях використовує сучасна молодь. Саме способи вирішення є тими опорами, які дають, так би мовити, вистояти в непрості часи.

Тому другою психодіагностичною методикою була «BASIC Ph», яку запропонував ізраїльський травматерапевт Мулі Лахад. Завдяки даному методу визначаються наступні показники:

- B – Belief & values – вірування, життєві переконання, система цінностей і світогляд.
- A – Affect – прояв емоцій, переживань і почуттів.
- S – Socialization – соціальні контакти, підтримка з боку оточення, відчуття належності до спільноти, комунікація.
- I – Imagination – фантазія, уявні образи, мрійливість, спогади та творчі прояви.
- C – Cognition, thought – мислення, процеси пізнання, когнітивні підходи та стратегії.
- Ph – Physical – фізична діяльність, стан тіла та використання тілесних ресурсів.

Пропонуємо до уваги результати психодіагностики каналів впливу на вирішення студентами проблемних ситуацій (таблиця 1).

Таблиця 1. Канали вирішення стресових ситуацій студентами, %

Канали впливу	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
B – Belief & values	4	87	9
A – Affect	4	96	0
S – Socialization	22	78	0
I – Imagination	13	65	22
C – Cognition, thought	4	70	26
Ph – Physical	0	96	4

Як бачимо з таблиці 1, що більшість студентів володіють середнім рівнем розвитку стратегій вирішення стресових ситуацій. Як зазначав Мулі Лахад, здебільшого людина володіє двома провідними каналами вирішення проблем. Проте, нашу увагу привертають низькі показники у 22% студентів здатності до соціальних контактів, відсутності підтримки в

оточуючому просторі, слабка комунікація та 13% здобувачів, які мають труднощі із уявним майбутнім, його образами.

Труднощі соціальних контактів можуть бути пов'язані із ускладненою соціалізацією внаслідок пандемії грипу, онлайн форматом навчання і спілкування, умовами війни, проблемами розвитку та несформованості комунікативних навичок, через брак безпосередніх контактів, що позначилося на рівні комунікативної компетенції. Стосовно теми комунікації, цікавими є результати дослідження компанії Gradus Reseach Company [3], згідно яких, щоб впоратися з нервозністю і стресом використовують 39 % осіб «сидіння» в Інтернеті, 34 % – перегляд ТБ, серіалів, 32 % – спілкування з друзями, сім'єю.

Разом з тим, на високому рівні розвинені у 26% студентів пізнавальна, мислительна стратегія, що свідчить про переважання раціонального каналу у виборі шляхів вирішення труднощів. Зокрема, 22% студентів демонструють високі показники далекоглядності та уяви перспективного майбутнього.

Отже, діагностики рівнів ментального здоров'я спрямована створення програм розвитку життєстійкості та формування адаптаційних навичок [2].

Джерела та література

1. Зеленська О. Ментальне здоров'я – один із найбільших глобальних викликів майбутнього. URL: <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenskamentalne-zdorovya-odin-iz-najbilshih-globalni-85665> (дата звернення: 20.09.2023).

2. Періг І.М., Кавецький В.Є., Козак О.В. Програма комплексного дослідження ментального здоров'я сучасної молоді в умовах війни. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2026. Т. 37 (76). №1. С.181-186.

3. Третя хвиля дослідження Gradus Research (ментальне здоров'я). URL: <https://bbu.org.ua/tretya-hvilya-doslidzhennya-gradus-research-mentalne-zdorov-ya/> (дата звернення: 10.01.2025).

УДК 341.231.14:355.01

Потіха О., канд. істор. наук, доц.; Чоп Т., асист.

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

ЗАХОДИ ДЕРЖАВИ ТА МІЖНАРОДНОЇ СПІЛЬНОТИ ЩОДО ЗАХИСТУ І РЕПАТРІАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ У ВОЄННИЙ ЧАС

Анотація. Проаналізовано комплекс заходів, що вживаються Україною та міжнародним співтовариством для захисту прав українських дітей і забезпечення їхньої репатріації, а також оцінка ефективності існуючих правових і дипломатичних механізмів щодо захисту прав цивільного населення, зокрема дітей, під час війни.

Ключові слова: депортація дітей, репатріація, збройний конфлікт, міжнародне гуманітарне право, Міжнародний кримінальний суд, права дитини, Україна, воєнні злочини.

Potikha O., Ph.D. (Hist.), Assoc. Prof.; Chop T., Asst.

Ternopil Ivan Pulya National Technical University, Ukraine

DIGITAL LIBRARIES AS A TOOL FOR ACCESS TO KNOWLEDGE IN WARTIME CONDITIONS

Abstract. The article analyzes a complex of measures undertaken by Ukraine and the international community to protect the rights of Ukrainian children and ensure their repatriation. It also evaluates the effectiveness of existing legal and diplomatic mechanisms aimed at safeguarding the rights of the civilian population, particularly children, during wartime.

Keywords: Deportation of children, repatriation, armed conflict, international humanitarian law, International Criminal Court, children's rights, Ukraine, war crimes.