

Візнюк Інесса Миколаївна
доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології та соціальної роботи
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6538-7742>
innavisnjuk@gmail.com

Поліщук Анна Сергіївна
кандидат історичних наук, старший
викладач кафедри всесвітньої історії
ORCID ID 0000-0002-0559-1087
anna_polishchukpas@ukr.net

Долинний Сергій Сергійович
доктор філософії (PhD), асистент кафедри
психології та соціальної роботи
ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3555-5818>
dolynnyis@gmail.com

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського,
м. Вінниця, Україна

ІТ-технології в контексті формування резильєнтності волонтерів в умовах воєнного часу

Результати проведення військових дій на сході України негативно відзначаються на здоров'ї людей та мають дезадапційний вплив на стан оптимального функціонування організму у волонтерів. Критичними є події, що відображають результат цілеспрямованої, нерідко злочинної діяльності (терористичні акти, диверсії, тортури, бойові дії, масове насильство, смерть близьких, попадання в «ситуацію заручника», руйнування власного будинку тощо). Тому вкрай необхідною є ефективна система забезпечення профілактики, психологічної корекції та реабілітації у добровольців АТО/ООС. Актуальним є підвищення резильєнтності в контексті формування психологічної стійкості волонтерів в засобах ІТ-технологій.

Підтримання конкретних, релевантних психологічних систем (зміцнення моралі, самоцінності, самопродуктивності) щодо подолання посттравматичних стресових розладів нині забезпечують різноманітні волонтерські організації, котрі забезпечують соціально-психологічну підтримку в інформаційному середовищі (переважно в online-режимі). Серед таких організацій відзначено інформаційне об'єднання «Ла Страда-Україна», яке пропонує безкоштовні психологічні консультації для батьків, що намагаються зрозуміти стан своїх дітей й отримати підтримку на платформі Facebook, Instagram, Telegram; проект психологічної підтримки «Поруч» (<https://poruch.me>); психологічна допомога від Інституту когнітивного моделювання (<https://tellme.com.ua>); добірка контактів українських психологів та платформ на сайті viyna.net (<https://bit.ly/3LwkNGN>); Національна гаряча лінія для дітей та молоді, яка працює щодня з 9.00 год. до 21.00 год. (Telegram: @CHL116111, Instagram: @childhotline_ua) та інші.

Дистанційна комунікація учасників цих організацій здійснюється через такі ІТ-технології: електронну пошту, месенджери (Viber, Telegram тощо), відео конференції (MS Teams, Zoom, Google Meet, Skype тощо), форуми, чати та ін. Обговорення оцінки життєстійкості волонтера та його готовності до надання допомоги потерпілим відбувається за допомогою використання е-mail пошти, Viber, SMS тощо. Відповідно, що надання психологічної допомоги в інформаційному середовищі цих організацій для кожного волонтера є також короткостроковою, несподіваною травматичною подією (вбивства та поневірвання людей, сексуальне насильство, проїзд військової техніки, снайперська стрілянина та ін.), котра потребує відновлення психологічної стійкості особистості.

Метою тези є обґрунтування ІТ-технологій в контексті формування резильєнтності волонтерів в умовах воєнного часу.

Волонтер, або доброволець, – це людина, яка за власним бажанням готова витратити свої сили, час і талант на користь суспільству або конкретній людині, не чекаючи винагороди. Сьогодні волонтерська діяльність знаходить все більше своїх прихильників. Волонтерство – це форма благодійності, у якій волонтер інвестує свій час. Волонтери нині поруч із українськими військовими. Передова російсько-української війни – це не тільки фронт. Вони там, де точиться війна за Україну: у госпіталях, на складах, полігонах, у засобах масової інформації, в кабінетах. Вони постачають та лагодять техніку, надають негайну допомогу, сприяють зміцненню Збройних Сил, розказують про війну з перших вуст і стримують потік пропаганди та дезінформації [2, 3].

Резильєнтність розглядається нами як складна інтегративна якість особистості, яка забезпечує високу продуктивність діяльності та адекватну поведінку у складних життєвих обставинах, гармонізацію особистісних і соціокультурних цінностей; як складова інтелекту, що сприяє збереженню високої функціональної активності в стресогенних умовах шляхом пристосування до них або в результаті високого рівня розвитку емоційно-вольової саморегуляції; як особливість темпераменту, що дозволяє надійно виконувати людині цільові завдання діяльності за рахунок оптимального використання ресурсів нервово-психічної енергії [1, 2].

Експериментальною базою дослідження упродовж 2021 – 2022 рр. були Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського та Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова. Генеральну вибірку осіб склали студенти з низьким рівнем резильєнтності як наслідку посттравматичного стресу в умовах воєнного часу. Всі вони займаються волонтерською діяльністю. Загальна чисельність вибірки складала 112 осіб (серед них 54 студентів-медиків та 58 студентів-психологів) за віковою категорією здобувачів освіти навчальних закладів від 17 до 22 років за спеціальностями 222 «Медицина» та 053 «Психологія», які мають схильність до песимістичного погляду на життя у післястресовий період в контексті здійснення волонтерської діяльності.

В контексті діагностованої проблеми було проведено низку психокорекційних заходів [3], які сприяли підвищенню рівня резильєнтності волонтерів в інформаційному середовищі (табл. 1).

Рівень сформованості резильєнтності волонтерів

| Рівень розвитку | Група досліджуваних волонтерів (112 осіб) | |
|-----------------|---|--------------------|
| | До експерименту | Після експерименту |
| Високий | 26 осіб (23,21%) | 86 особи (76,50%) |
| Середній | 47 осіб (41,96%) | 65 осіб (58,03%) |
| Низький | 39 осіб (34,82%) | 7 осіб (6,25%) |

З таблиці 1 видно, що у волонтерів має місце досвід якісних змін щодо подолання критичних подій, які виникають у ситуації долаття надзвичайно складних випробовувань. Цей досвід свідчить про якість міжособистісних стосунків, зростання чуйності та близькості до особистісного оточення. Врешті решт, психологічна стійкість волонтерів ґрунтується на мудрій філософії життя, усвідомленні цінностей «Ми впораємося. Ми разом».

Про волонтерський рух сьогодення в Україні з захопленням обговорюють у багатьох країнах світу, визнаючи його унікальним. Розквіт волонтерської діяльності припав за часи Революції Гідності та початку війни на Донбасі. Це був надзвичайно складний період, але саме цей рух об'єднав українське суспільство, створив дієву чинність громадських організацій, соціальних груп людей, які готові до відповідальності за вирішення найбільш болючих і нагальних проблем держави. Саме тому, завданням сучасної професійної освіти є високопрофесійна підготовка волонтерів до сучасних умов підвищеного ризику та ситуацій критичної складності, орієнтація у свідомості власного вибору та конкурентоспроможності, у збереженні культури безпеки усіх сфер життєдіяльності людини, її спроможність бути гідним громадянином і патріотом українського суспільства, забезпечувати сталий розвиток держави.

Структурно-центровою ланкою використання ІТ-технологій має бути сфокусування уваги на більш стійких сторонах особистості волонтера, на її резильєнтності, готовності до змін, на здатності психічного загартування і адаптації, врегулювання наслідків травм і завчасне їх перетворення на позитивний досвід змін у сприйнятті власного оточення, внутрішнього світу та інших подій.

Список використаних джерел

1. Dolynnyi S. Personality Psychology in the Context of Conflict Interpretations / Dolynnyi Serhii // *Science and Education*, 2(CLXXXVII), 2021. 15–19. URL: <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/index.php/arkhiv/vipuski-2021>.
2. Візнюк І. М. Формування ІТ-компетентності майбутніх магістрів як психолого-педагогічна проблема / І. М. Візнюк, А. С. Поліщук // *Психологічні перспективи*, 2021. Вип. 37. С. 23- 39. URL: file:///C:/Users/user/Downloads/Ppst_2021_37_5.pdf
3. Mischuk S.S. Tilesna terapiia yak zasib opratsiuvannia dytiachykh psykhotravm. *Psykhologichna dopomoha ditiam u kryzovykh sytuatsiiakh: metody i tekhniky – Psychological assistance to children in crisis situations: methods and techniques*. Z.G. KIsarchuk (Ed.). *Kiyv.: TOV «Vidavnistvo «Logos»*, 2015. С. 33-58.