

ДОСЛІДНИЦЬКА КОМАНДА СТУДЕНТІВ
ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ
“МІЖНАРОДНИЙ НАУКОВО-ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ АКАДЕМІКА ЮРІЯ БУГАЯ”



Проект
Youth as Researchers
Молодь досліджує

Тема дослідження:
**«Кризове середовище як виклик і
можливість: дослідження ментального
здоров'я студентів в умовах війни»**

17 червня 2025 р., Київ

АКТУАЛЬНІСТЬ ТА ПЕРЕДУМОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ



Війна в Україні — загроза не лише фізичній, а й ментальній безпеці.



Студенти — вразлива група, що формує майбутнє країни.



Психологічне здоров'я: ПТСР, тривога, депресія — нова реальність.



Ціль дослідження — зрозуміти стан молоді, виявити ризики та ресурси адаптації.



Криза як поштовх до зростання, нових стратегій подолання.



Мета дослідження: відповісти на суспільні запити, сформувані науково обґрунтовані підходи в психологічній підтримці студентської молоді під час війни та у періоді відновлення.

МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Рисунок 1



Рисунок 2



ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИКИ:

- Методика вивчення структури емоційного інтелекту особистості (Н.Холла);
- Тест на визначення рівня стресу (за В. Ю. Щербатих);
- Тест реальної структури ціннісних орієнтацій особистості (С.С.Бубнова);
- Методика «Ресурсорієнтована модель стресодолання BASIC Ph»;
- Анкета для педагогів щодо ментального здоров'я.

ХАРАКТЕРИСТИКА БАЗИ ТА ВИБІРКИ ДОСЛІДЖЕННЯ

РОЗПОДІЛ КІЛЬКОСТІ ОПИТАНИХ РЕСПОНДЕНТІВ ВІДПОВІДНО ДО ОСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ

Таблиця 1

Найменування методики	ліцей, гімназія	коледж	ЗВО	Загальна кількість
Анкета для педагогів щодо ментального здоров'я	47	-	15	62
Методика вивчення структури емоційного інтелекту особистості, (Н.Холла)	88	72	55	215
Тест на визначення рівня стресу (за В. Ю. Щербатих)	149	145	172	466
Методика «Ресурсорієнтована модель стресодолання BASIC Ph»	111	129	147	387
Тест реальної структури ціннісних орієнтацій особистості (С.С.Бубнова)	87	56	45	188

Дослідження проводили на засадах добровільності та кондиційності шляхом заповнення запропонованих методик на платформі Google Forms.

* - здобувачі освіти закладів загальної середньої освіти, закладів передвищої та вищої освіти, а також педагоги наступних 6 освітніх закладів: гімназія №109 ім. Тараса Шевченка м.Київ, Ліцей №42 Дніпровського району м. Києва, Фаховий коледж ЗВО МНТУ, Полтавський фаховий бізнес-коледж, Донбаський інститут техніки та менеджменту МНТУ, ЗВО МНТУ.

ПІДТРИМКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я: УКРАЇНА ТА СВІТ

Україна



МН4U – реформа системи психічного здоров'я, навчання фахівців, антикризові кампанії.



Програма "Ти як?" – створення загальнонаціональної системи психосоціальної підтримки.

Міжнародний досвід



Ізраїль – мультидисциплінарний підхід до підтримки в умовах війни



Канада (COVID-19) – рання підтримка студентів із вразливістю



Іспанія – стрес залишався високим → важлива кризова підтримка



Сирія – релігійні й соціальні ресурси як ключ до адаптації біженців

ДІАГНОСТИКА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ (Н.ХОЛЛ)



Учасники: 215 осіб.

Інтегральний рівень EI:

67 % – високий
8 % – середній
25 % – низький – потребують розвитку самоконтролю, комунікацій, обізнаності.

Парціальні компоненти:

Самопізнання – 56 % низький, 34 % – середній
Саморегуляція – 77 % мають серйозні труднощі в управлінні емоціями
Самомотивація – 58 % низький показник, лише 16 % – високий
Емпатія – 50 % на середньому/низькому рівні
Соціальний вплив – 56 % мають низькі навички впливу

Вікові відмінності:

Студенти мають значно вищий EI (лише 15 %-низький) у порівнянні з ліцеїстами (38 %-низький), що відображає розвиток EQ з віком та досвідом.

Висновок:

Загалом **потенціал EI** високий, але критично низький рівень **саморегуляції (77 %)** вимагає **цілеспрямованих тренінгів** з управління емоціями, стрес-менеджменту та розвитку емоційної стійкості.

Результати діагностики структури емоційного інтелекту особистості, інтегральний (Н.Холла), N=215

Показник/бали	рівень	К-сть	%
70 і більше	високий	143	67%
40-69	середній	18	8%
39 і менше	низький	54	25%

Таблиця 2

215

Результати діагностики структури емоційного інтелекту особистості, парціальний (Н.Холла), N=215

Показник/бали	Рівень	Шкала 1 Самопізнання		Шкала 2 Саморегуляція		Шкала 3 Мотивація		Шкала 4 Емпатія		Шкала 5 Соціальні навички	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
14 і більше	високий;	21	10%	12	6%	35	16%	36	17%	28	13%
8-13	середній;	73	34%	37	17%	55	26%	71	33%	66	31%
7 і менше	низький.	121	56%	166	77%	125	58%	108	50%	121	56%

Таблиця 3

215

ПАРЦІАЛЬНИЙ АНАЛІЗ ШКАЛ ДОЗВОЛЯЄ КОНСТАТУВАТИ НАСТУПНЕ:

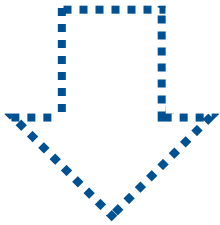
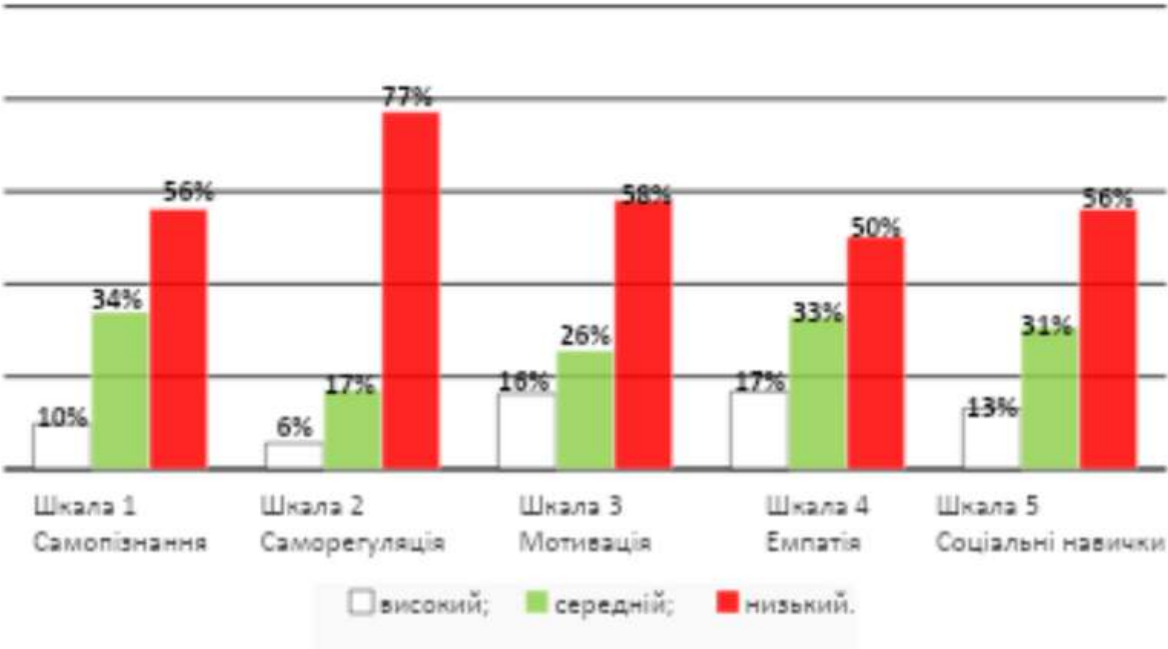
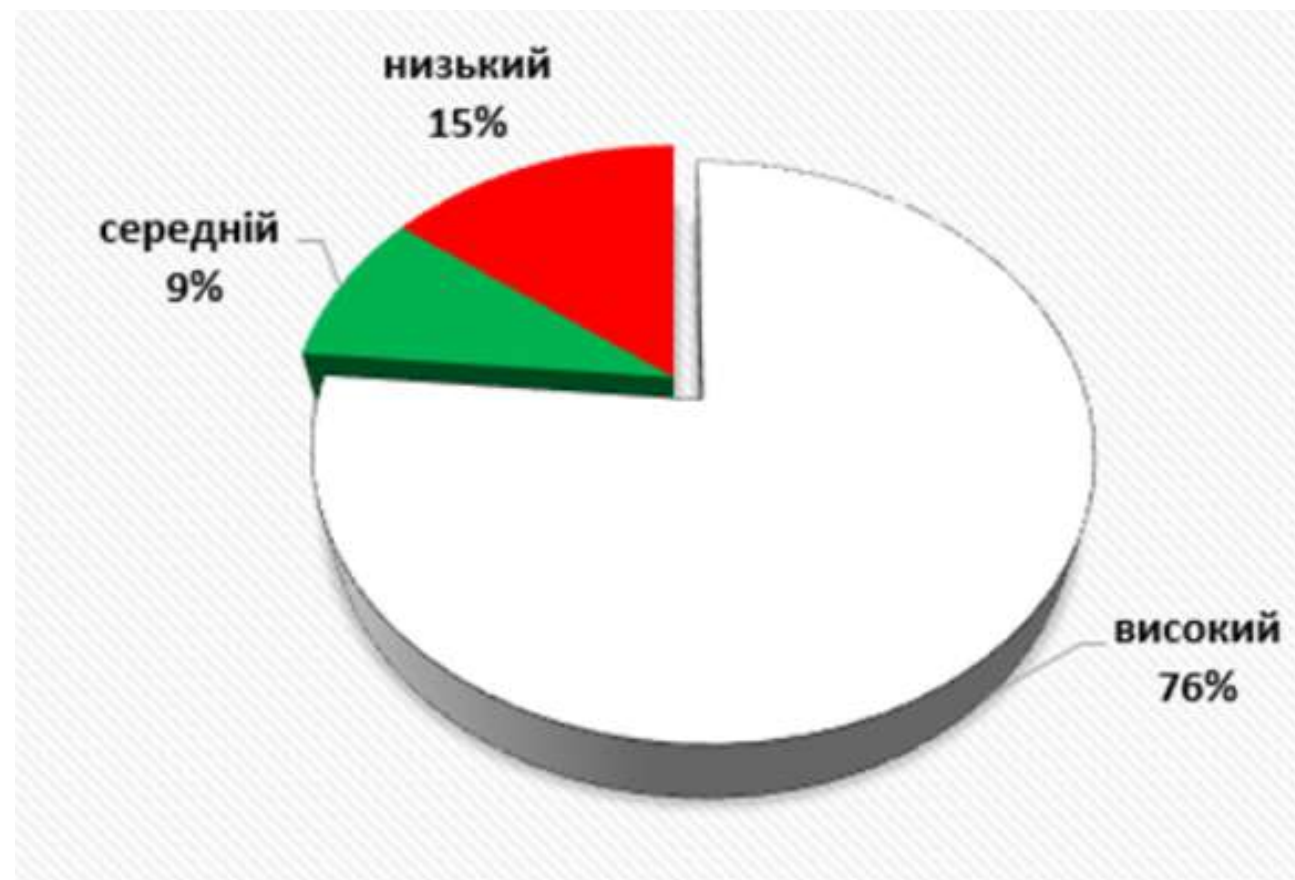


Рисунок 3



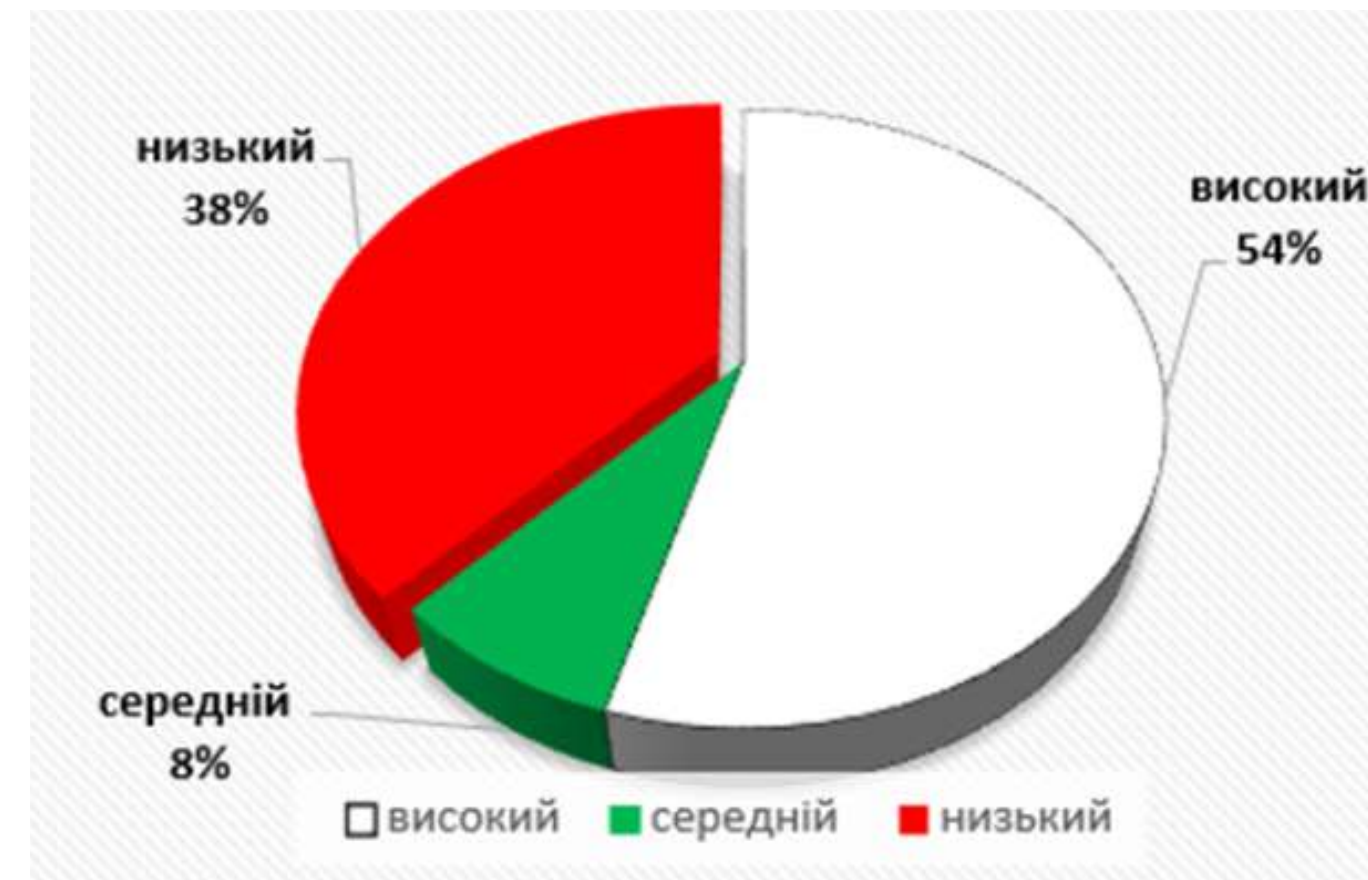
ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ

Рисунок 4



Результати інтегративного рівня
емоційного інтелекту коледж, ЗВО

Рисунок 5



Результати інтегративного рівня
емоційного інтелекту ліцей, гімназія

РЕЗУЛЬТАТИ ДІАГНОСТИКИ ЗА ТЕСТОМ НА ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ СТРЕСУ (ЗА В. Ю. ЩЕРБАТИХ), N=466

Рівень		К-сть	%	
0-5	стрес відсутній	100	21,46	
6-12	помірний стрес	93	19,96	
13-24	напруження	117	25,11	
25-40	сильний стрес	96	20,6	30,25
>40	небезпечна стадія стресу	45	9,66	
		466	100	

Таблиця 4

Рекомендовано здійснювати диференційовану підтримку:

- Профілактика → для зони напруження;
- Психологічна підтримка → для сильної напруги;
- Термінове втручання → для глибокого виснаження.



Підхід має включати тренінги стресостійкості, індивідуальну терапію та симптомо-орієнтовані стратегії.

РЕЗУЛЬТАТИ ДІАГНОСТИКИ ЗА МОДЕЛЮ BASIC PH (LANAD)

 Результати (N=387):

Найбільш розвинута стратегія			К-сть	%
1	когнітивні стратегії	C	240	62%
2	уява, мрії, спогади	I	54	14%
3	віра, переконання, цінності	B	51	13%
4	тілесні ресурси, фізична активність	PH	31	8%
5	соціальні зв'язки, соціальна підтримка	S	26	7%
6	емоції, почуття	A	16	4%

Таблиця 5

Найменш розвинута стратегія стресодолання

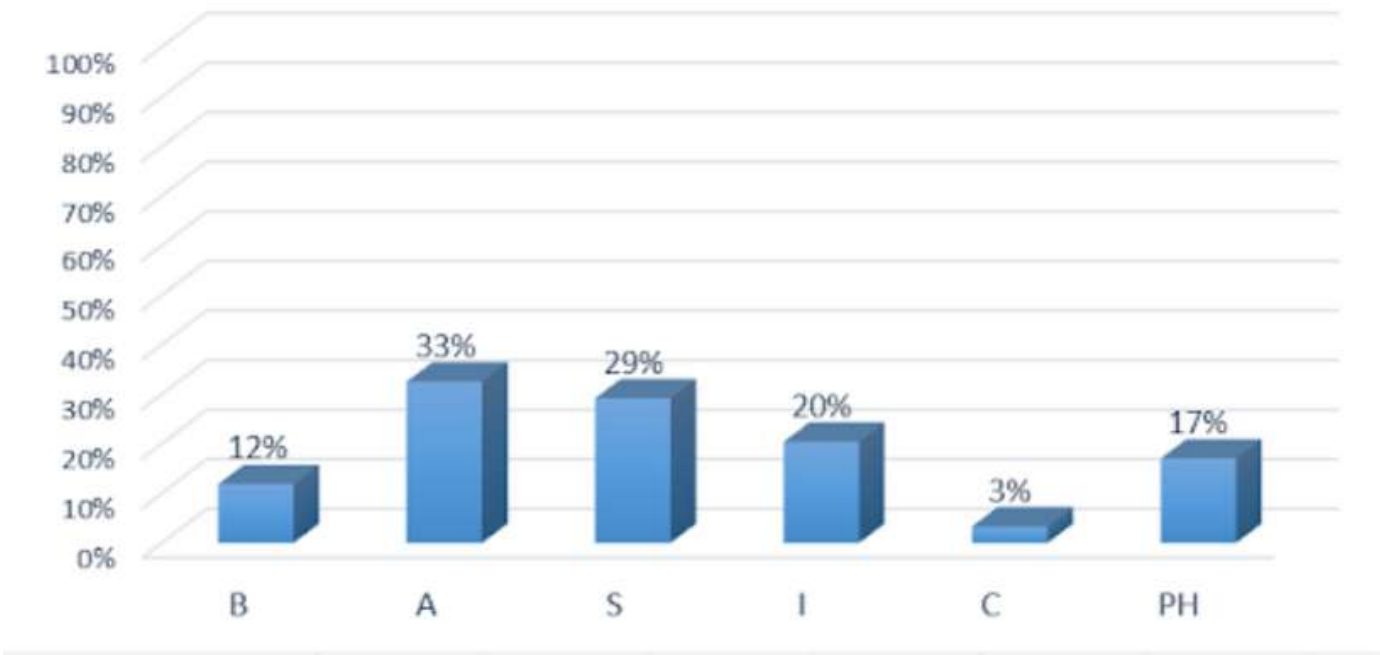


Рисунок 6

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ (ЗА С.БУБНОВОЮ, N=188)



Загальний профіль групи:

Найвищі цінності: допомога та милосердя, визнання/повага, відпочинок, приємне дозвілля;

Найнижчі цінності: естетика, громадська активність заради змін, соціальний статус/управління.



Загальний ефект:

Розуміння ціннісної структури сприяє цільовому соціально-психологічному супроводу та формуванню програм розвитку відповідно до пріоритетів різних вікових груп.



Порівняння учні ліцеїв vs студенти ЗВО:

Соціальне благо/альтруїзм – високо в обох, трохи більше у студентів ЗВО (4,48);

Дозвілля – ліцеїсти більш орієнтовані (4,37 vs 4,16);

Соц. визнання – вище у студентів (4,42 vs 4,28);

Здоров'я – однаковий середній показник;

Матеріальний добробут – трохи вища увага у студентів (3,88 vs 3,77);

Естетика, пізнавальна мотивація, лідерство, спілкування – вищі у ліцеїстів.

Діаграма структури ціннісних орієнтації групи, n=188

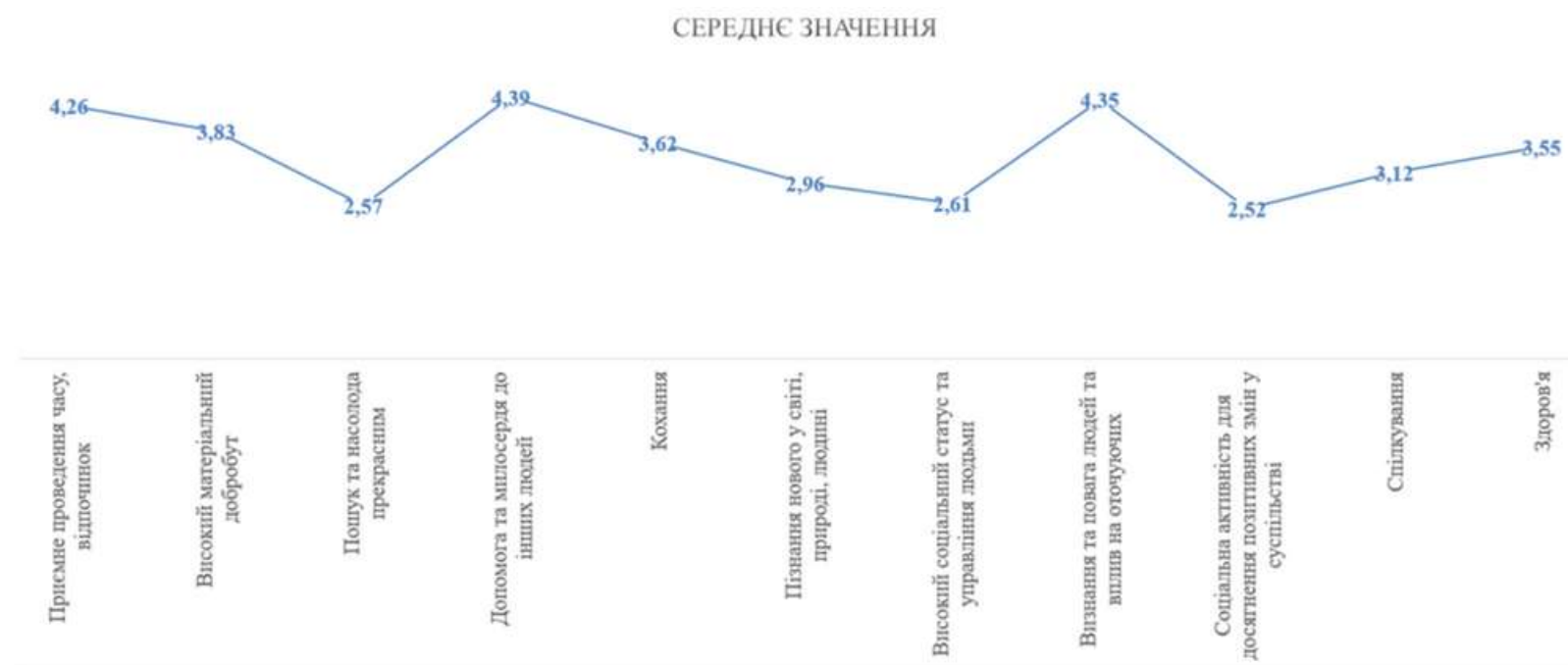


Рисунок 7

Розподіл рівнів сформованості ціннісних орієнтацій

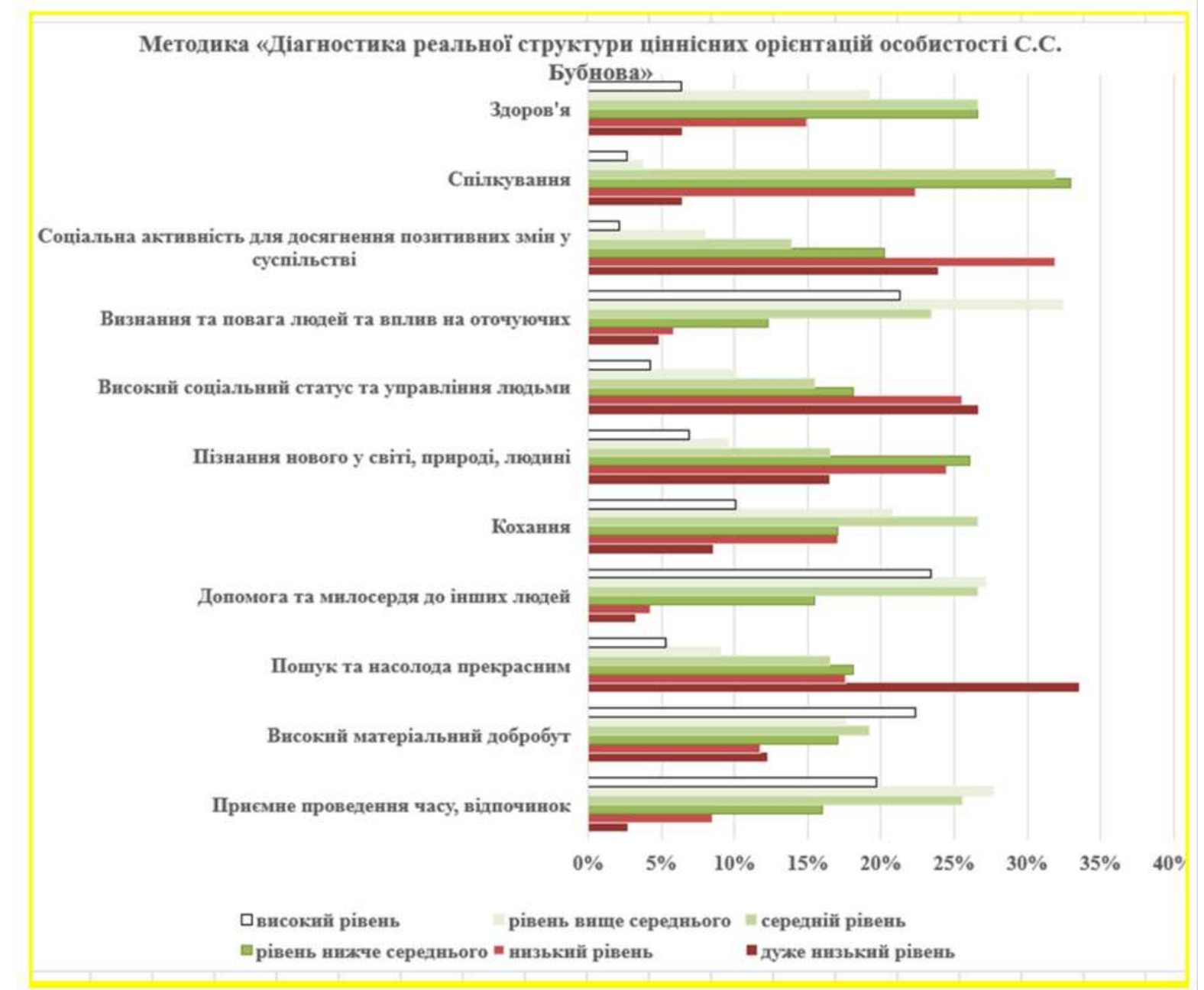


Рисунок 8

		Принимати проведене часу, відпочинок		Високий матеріальний добробут		Пошук та насолода прекрасним		Допомога та милосердя до інших людей		Кохання		Пізнання нового у світі, природі, людях		Високий соціальний статус та управління людьми		Визнання та повага людей та вплив на оточуючих		Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві		Спілкування		Здоров'я	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
0 - 1 бал	дуже низький рівень	2	2%	10	11%	20	23%	4	5%	6	7%	13	15%	21	24%	6	7%	20	23%	6	7%	5	6%
2 бали	низький рівень	7	8%	13	15%	12	14%	5	6%	18	21%	22	25%	19	22%	7	8%	24	28%	17	20%	12	14%
3 бали	рівень нижче середнього	13	15%	15	17%	18	21%	15	17%	14	16%	16	18%	14	16%	11	13%	18	21%	27	31%	26	30%
4 бали	середній рівень	22	25%	14	16%	18	21%	19	22%	21	24%	16	18%	15	17%	14	16%	11	13%	27	31%	23	26%
5 балів	рівень вище середнього	21	24%	16	18%	10	11%	24	28%	18	21%	13	15%	13	15%	28	32%	11	13%	6	7%	15	17%
6 балів	високий рівень	22	25%	19	22%	9	10%	20	23%	10	11%	7	8%	5	6%	21	24%	3	3%	4	5%	6	7%
Середнє значення		4,37		3,77		3,09		4,29		3,63		3,14		2,86		4,28		2,74		3,25		3,54	

Таблиця 6



СТРУКТУРА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ, ЗВО

Таблиця 7

СТРУКТУРА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ УЧНІВ ЛІЦЕЮ, ГІМНАЗІЇ



		Принимати проведене часу, відпочинок		Високий матеріальний добробут		Пошук та насолода прекрасним		Допомога та милосердя до інших людей		Кохання		Пізнання нового у світі, природі, людях		Високий соціальний статус та управління людьми		Визнання та повага людей та вплив на оточуючих		Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві		Спілкування		Здоров'я	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
0 - 1 бал	дуже низький рівень	3	3%	13	13%	43	43%	2	2%	10	10%	18	18%	29	29%	3	3%	25	25%	6	6%	7	7%
2 бали	низький рівень	9	9%	9	9%	21	21%	3	3%	14	14%	24	24%	29	29%	4	4%	36	36%	25	25%	16	16%
3 бали	рівень нижче середнього	17	17%	17	17%	16	16%	14	14%	18	18%	33	33%	20	20%	12	12%	20	20%	35	35%	24	24%
4 бали	середній рівень	26	26%	22	22%	13	13%	31	31%	29	29%	15	15%	14	14%	30	30%	15	15%	33	33%	27	27%
5 балів	рівень вище середнього	31	31%	17	17%	7	7%	27	27%	21	21%	5	5%	6	6%	33	33%	4	4%	1	1%	21	21%
6 балів	високий рівень	15	15%	23	23%	1	1%	24	24%	9	9%	6	6%	3	3%	19	19%	1	1%	1	1%	6	6%
Середнє значення		4,16		3,88		2,13		4,48		3,61		2,80		2,39		4,42		2,33		3,01		3,55	

ОПИТУВАННЯ ПЕДАГОГІВ



Опитано 62 педагоги:

95% ознайомлені з темою ментального здоров'я;

90% вважають, що студенти потребують психологічної підтримки.



Понад 90% використовують методи підтримки:

67% — час від часу,

24% — регулярно.



76% підтримують введення спеціальних програм:

індивідуальне консультування — 53%

психоедукація — 48%

релаксація — 47%

групова підтримка — 42%



Основні бар'єри:

42% — небажання студентів говорити про проблеми;

24% — страх звертатися за допомогою.



97% викладачів відчують потребу у вдосконаленні компетенцій;

лише 50% мають доступ до психолога (частково або вибірково).



Незважаючи на наявність психологічних служб, багато запитів залишаються невирішеними через мовчазність студентів та браку часу.

Висновок:

Необхідні комплексні програми підтримки та навчання як для студентів, так і для викладачів.

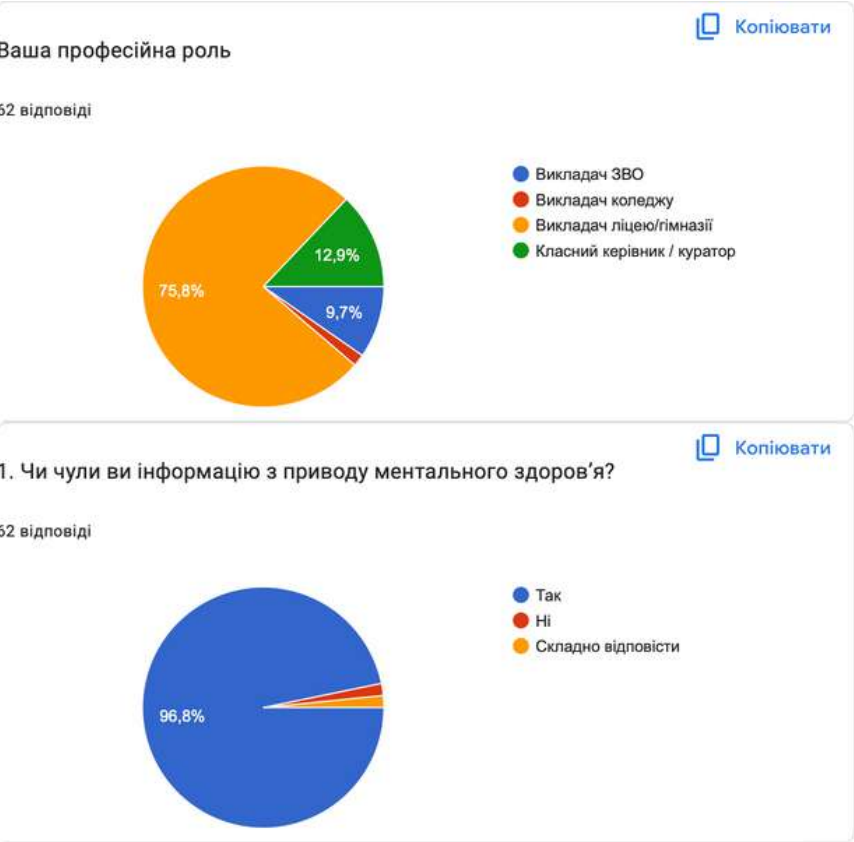


Рисунок 9



Рисунок 10

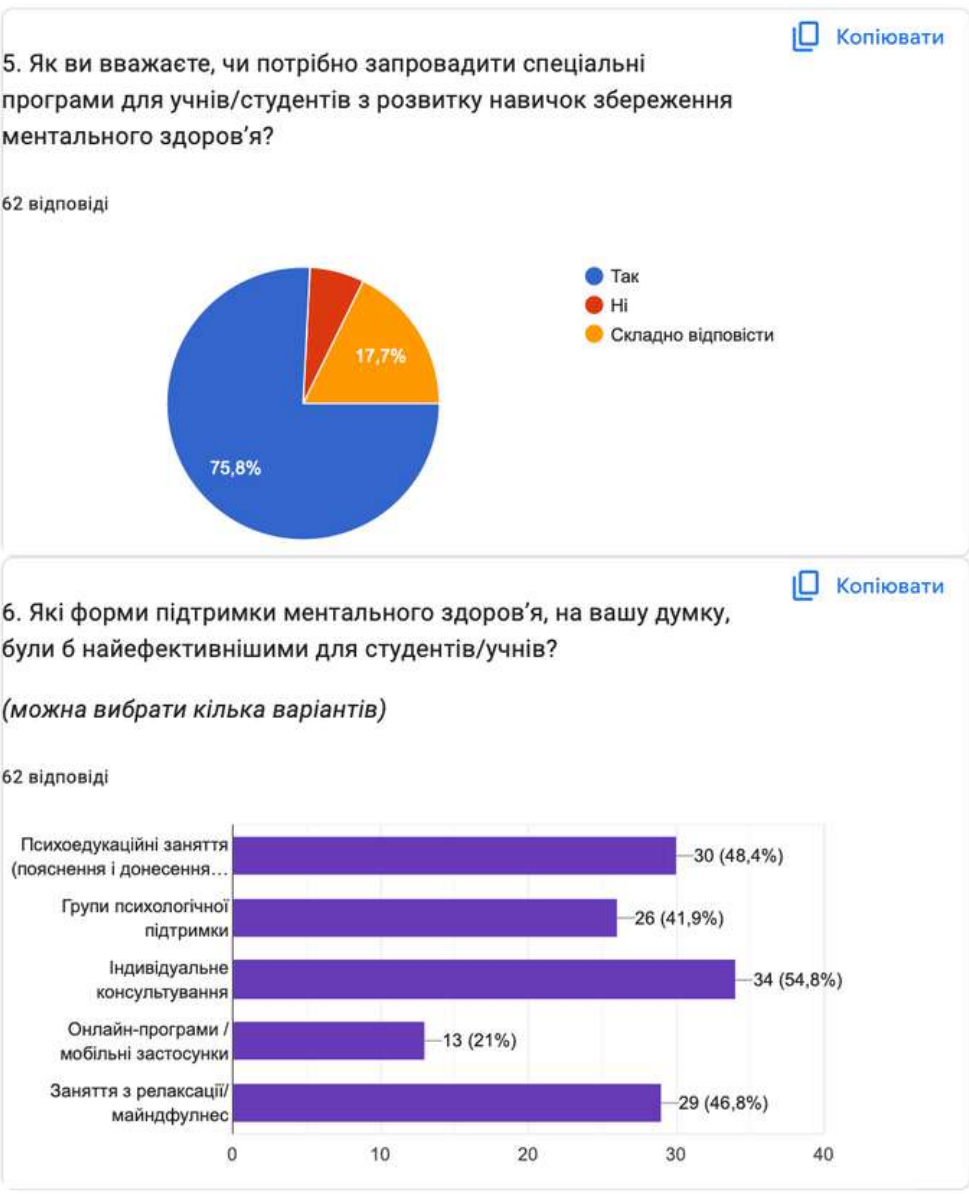


Рисунок 11



Рисунок 12

ВИСНОВКИ ДОСЛІДНИЦЬКОГО ПРОЄКТУ МНТУ

Студенти перебувають у «подвійно вразливому» стані: їхнє формування як особистості та фахівців відбувається в умовах війни й постійної невизначеності.

Емпіричні дані свідчать:

- 67% мають високий EQ, проте 25% – на низькому рівні;
- понад 30% респондентів відчують середній або високий стрес;
- 62% покладаються лише на когнітивні стратегії coping; гуманістичні цінності (допомога, підтримка, дозволя) домінують у ціннісній структурі.

Педагогічне опитування виявило готовність до впровадження програм, проте водночас існують суттєві бар'єри: небажання студентів відкриватися, обмежений доступ до психологів.

Рекомендації:

- Розробити багатовекторні, чутливі до віку та гендеру програми психологічної підтримки.
- Інтегрувати у програму тренінги по саморегуляції, розвиток EQ, арт-терапію, тілесно-орієнтовані практики.
- Впровадити культурно адаптовані моделі coping із спрямуванням на підвищення стресостійкості, емоційної компетентності та особистісного зростання у кризових умовах.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

- Гендерні відмінності – копінг-стратегії та гендерно-чутлива підтримка.
- Віковий та освітній розріз – школярі / студенти / молоді фахівці.
- Соціокультурний контекст – регіональні та соціальні особливості.
- Лонгітюдні спостереження – динаміка резилієнтності та ефективність інтервенцій.
- Порівняння підходів – когнітивна терапія, арт-, тілесно-орієнтовані та комплексні програми.
- Симптомо-орієнтований фокус – налаштування заходів під конкретні прояви стресу.



Мета:

Зробити підтримку більш адресною, адаптивною та науково обґрунтованою.

Thank you

Виконавці:

Студенти 2-3 курсів навчання:

Волинко Анастасія;
Суркова Анастасія;
Яворська Ольга;
Захарчук Віталій;
Вдовенко Мілана.

Ментор:

Ксенія Андросович