

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Педагогічний Університет ім. Комісії Національної Освіти в Кракові
Інституту Нейропсихотерапії (Відень, Австрія)
Центр системно-орієнтованого консультування, лікування та психотерапії ZSB (Австрія)
Центр психічного здоров'я Тоом Паргі, (Таллін, Естонія)
Коледж Санта-Фе (США)
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
Хмельницький національний університет
Державний заклад "Луганський національний університет імені Тараса Шевченка"
Криворізький державний педагогічний університет
Регіональне представництво Уповноваженого Верховної ради України з прав людини
в Полтавській області
ГУ НП України в Полтавській області
ГУ ДСНС України у Полтавській області
Управління Патрульної поліції в Полтавській області
Гендерний центр Національного університету «Полтавська політехніка імені Ю. Кондратюка»



ПРОЯВИ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ НА РІЗНИХ РІВНЯХ СИСТЕМИ: СІМ'Я, ОСВІТА, СУСПІЛЬСТВО ПІД ЧАС ВІЙНИ

Збірник наукових матеріалів

I Міжнародної науково-практичної конференції

23 листопада 2023 року

Полтава – 2023

ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ ПРИ ВИКЛАДАННІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН З МЕТОЮ ПІДВИЩЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ

Хоменко Євгенія,

PhD, завідувач кафедри психології та педагогіки
Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Зважаючи на реформації в системі освіти в цілому та на події, які відбуваються у сучасному суспільстві, постає питання пошуку нових форм та методів роботи із студентами у вищій школі, які б забезпечили отримання якісних теоретичних знань та відпрацювання корисних навичок та компетенцій для майбутнього застосування у практичній діяльності.

Мета дослідження – проаналізувати основні сучасної методи викладання психологічних дисциплін, для активізації знань студентів та магістрантів.

Сучасне суспільство диктує нам нові вимоги та змушує по іншому дивитися на старі системи та форми навчання у вищій школі. Так, з початком пандемії Covid19, викладачі були змушені переходити на нові форми роботи, освоювати дистанційне навчання, проте традиційне навчання не легко калькувати у дистанційний формат, що змусило осучаснити систему освіти. Починаючи з лютого 2024 року, з початком повномасштабної війни на території нашої держави, перед українськими педагогами постало нове питання. Адже, навчати студентів з використанням стандартних методів є недоцільно, сучасна студентська молодь травмована подіями сьогодення, має низьку пізнавальну мотивацію та ускладнення з визначенням власних ціннісних орієнтацій, у зв'язку із переживанням психотравмуючих подій різного рівня складності.

Актуальним постає питання переосмислення методів інтерактивного навчання, адаптуючи його під сучасні реалії. Загалом же, інтерактивне навчання є сучасним підходом до освіти, який зосереджений на активній участі студентів у навчальному процесі. Цей підхід виходить за рамки традиційної лекції, де студенти переважно є пасивними слухачами, і замість цього стимулює їх до активного обговорення, критичного мислення та співпраці.

Для якісного здобуття знань студентами та формування не лише професійних компетенцій, але і базових, серед яких є і стресостійкість у сучасних умовах, викладачам психологічних дисциплін слід адаптувати та удосконалювати, урізноманітнювати традиційні форми, використовувати елементи проблематизації завдань, дискусії, бесіди а також інтерактивні тренінгові вправи, що мають на меті саморозкриття

та саморозуміння студента, розвиток його резиліентності у складних життєвих умовах.

Однією з важливих якостей у професіограмі практичного психолога є емоційна стійкість, стресостійкість. Тож, говорячи про студентів – майбутніх практичних психологів, педагогам психологічних дисциплін необхідно є не лише передати психологічні знання, але і розвинути особистісні компетентності, які є необхідними для якісної професійної діяльності у майбутньому.

Резиліентність студентів відноситься до їх здатності ефективно справлятися з труднощами, стресами та викликами, які можуть виникати в процесі навчання та особистісного розвитку. Це поняття охоплює психологічну витривалість та гнучкість, яка дозволяє студентам адаптуватися до змін, відновлюватися після невдач та продовжувати рухатися вперед, незважаючи на труднощі. Розвиток резиліентності в студентів є важливим завданням сучасної освіти, оскільки це не лише сприяє їх академічному успіху, але й готує їх до подальшого самостійного життя.

Традиційно, до методів інтерактивного навчання відносять евристичну бесіду, метод дискусії, «мозковий штурм», метод «круглого столу», метод «ділової гри», тренінг та інші. Проте у аспекті викладання психологічних дисциплін, наголошуємо увагу саме на інтерактивних тренінгових вправах, які допоможуть не лише вивчити ту чи іншу теоретичну інформацію, але і пропрацювати особистісні особливості студента, розкритися, що сприятиме розвитку їх стресостійкості та пошуку ресурсів для подолання життєвих перешкод.

Як наголошує Т.І. Гера, тренінг як ефективний засіб психологічного супроводу нині трансформується в ефективний дидактико-терапевтичний метод викладання/вивчення психології, що удоступнює психологічні теорії, надаючи їм особистісного сенсу. Студенти вивчають не абстрактну психіку, а живу – власне свою – особистість на перманентному досвіді в освітньому процесі ВНЗ, без персонального відвідування професійного психолога й без участі в будь-якій психотренінговій групі [1].

Тренінг – це один з порівняно нових методів інтерактивного навчання. Різні ситуації, що виникають в групах тренінгу, будучи учбовими і в цьому сенсі умовними, ігровими, для студентів виступають як цілком реальні ситуації, в яких треба діяти з усією відповідальністю за результат дії. Відчуття відповідальності тут особливе: не тільки перед самим собою, але і перед партнерами по групі, оскільки успішність дії кожного – це запорука успіху діяльності всієї групи [2].

Особливо цікавою є робота студентів у групі, імітуючи тренінгову групу, вони мають змогу набувати професійних компетенцій і одночасно розвивати рефлексію, навички активного

слухання, надання зворотного зв'язку. Така форма є доцільною при вивченні вибіркового психологічних дисциплін (Психологія міжособистісної взаємодії, Психологія успіху, Психологія лідерства, Теорія та практика психологічного тренінгу тощо) на практичних та лабораторних заняттях [3, 4].

Варто зазначити, що одним з головних принципів проведення тренінгу, у ході навчання психології, є принцип активності учасників. Це відрізняє тренінгову роботу від інших форм навчання, зокрема лекції. Педагог, він же і тренер, має створювати відповідні умови для прояву активності групи, а учасники – спрямовувати власні зусилля на отримання практичного, емоційно-чуттєвого досвіду. Це сприяє більш усвідомленому ставленню до власних дій, поведінки в процесі тренінгу та навчальної діяльності в цілому. Спрямовуючи роботу групи педагог ніби фасилітує ті знання та навички (зокрема, розвиток стресостійкості), які є необхідними, вказуючи на їх важливість не лише для професійного зростання але і для звичайного життя. Така навчальна форма є надзвичайно трудомісткою для викладача, адже вимагає творчості та адаптивності, вміння підлаштовуватися під групу та толерантно реагувати на події [3].

Тож, говорячи про можливість провадження інтегративних форм викладання психології, зазначимо що однієї з найактуальніших є тренінгова форма викладання. Йдеться не про спеціальну розробку особливого тренінгу замість актуальних у сьогоднішніх ЗВО методів викладання (лекції, семінару, практичного заняття, лабораторної роботи, організації самостійної роботи тощо), а про модифікацію цих методів засобом впровадження в них елементів психотренінгової роботи. Виходячи зі структури будь-якого навчального заняття, необхідно диференціювати систему тренінгових завдань відповідно до мети заняття, особливостей студентської групи. Викладач має бути активним, демократичним, адаптивним та толерантним задля досягнення поставлених цілей.

Список використаних джерел:

1. Гера Т. І. Методика тренінгового викладання психології у ВНЗ // *Materialy Międzynarodowej Naukowo-Praktycznej Konferencji. Nauki. Teoria i praktyka.*/29.10. – 2012. – Т. 31. – С. 2012.
2. Созонюк О. Методичні аспекти викладання психології в системі фахової підготовки здобувачів вищої освіти // *Психологія: реальність і перспективи.* – 2021. – №. 17. – С. 129-134.
3. Ткачук Т.Л. Особливості застосування інтерактивних методів навчання у викладанні психології // *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»* № 1(7) / 2015. – С. 202-207
4. Ягоднікова В. В. Інтерактивні форми і методи навчання у вищій школі // В. В. Ягоднікова. Режим доступу: http://maup.com.ua/assets/files/lib/book/inter_formy.pdf. – 2009.