

ФОРМУВАННЯ ЦІЛІСНОЇ СИСТЕМИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Проблема плекання психологічного здоров'я на усіх рівнях – як особистому, так і корпоративному – цілком відповідає загальносвітовим тенденціям психологізації та соціалізації управління. Особливо актуальним є забезпечення плекання психологічного здоров'я в закладах вищої освіти на основі створення цілісної системи психосоціальної підтримки. Необхідність створення такої системи обґрунтовано такими причинами:

- поширеність психічних розладів саме в студентському віці – щонайменше 10%;
- 75% психічних розладів починаються у віці до 24 років;
- психічні розлади можуть мати виражений негативний вплив на навчання, соціальне життя, професійну траєкторію розвитку молодих людей;
- психічні розлади інвалідізують та забирають життя;
- пандемія і війна вчинили негативний вплив на психічне здоров'я молоді;
- значна частка працівників вищих навчальних закладів знаходяться на різних стадіях професійного вигорання (за даними [1] 60% педагогічних працівників мають сформовану стадію "резистенції", яка виявляється в протистоянні негативним подіям та внаслідок цього – у виснаженні психічних ресурсів, що призводить до неадекватних (зазвичай, занижених) емоційних реакцій, негативного ставлення до усіх суб'єктів педагогічного процесу, до погіршення якості, а часом навіть до припинення виконання професійних обов'язків);
- ставлення до життя та психологічні стани істотно впливають на економічну поведінку, прийняття економічних рішень (за даними [2], на економічну поведінку молоді впливають включеність до життя, втома від життя, хвилювання за майбутнє);

– студентський вік 18-24 років є критично важливим з точки зору можливості ефективних превенцій і терапевтичних втручань у сфері психічного здоров'я.

Необхідність та доцільність створення системи психосоціальної допомоги у ЗВО визначається тим, що:

- заклад вищої освіти формує особистість – кожен має цінувати, берегти, плекати своє психічне здоров'я та турбуватися про здоров'я інших;
- заклад вищої освіти – оптимальне середовище для превентивних та промотивних втручань: психологічна стійкість, особистісний

зріст, соціальна та емоційна компетентність, процвітання;

– заклад вищої освіти – середовище життя молоді, де послуги мають бути доступними, а якщо особа сама не звертається за допомогою, є шанс, що хтось побачить, підтримує і скерує.

Завдання системи психосоціальної підтримки закладів вищої освіти на трьох рівнях – упередження психічних розладів, діагностика і належна допомога при розвитку психічних розладів та плекання резиліентності та особистісного розвитку, подано на рис. 1.



Рис. 1. Завдання системи психосоціальної підтримки ЗВО

Результатом формування системи психосоціальної підтримки в ЗВО є імплементація освітніх і просвітницьких програм плекання психологічної стійкості, превенції і промоції, основ грамотності у сфері психічного здоров'я. Важливе місце у програмах психосоціальної підтримки в ЗВО є плекання резиліентності (психологічної стійкості), основними характеристиками якої є:

- психологічна стійкість вкрай необхідна кожній людині для забезпечення здорового життя, благополуччя і професійної діяльності;
- психологічна стійкість – це навичка, яка може розвиватися;
- розвиток резиліентності відбувається через практику, не теорію;
- однією зі складових забезпечення резиліентності є соціальне оточення і соціальна активність, отже, її забезпечення має дуальний характер (індивідуальний і колективний);
- найкращим способом забезпечення психологічної стійкості є превенція – попередження порушень резиліентності.

Імплементація освітніх і просвітницьких програм психосоціальної підтримки у закладах вищої освіти, плекання резиліентності, превенції і промоції, психологічного здоров'я реалізується у формі багатоступеневої системи, яка передбачає впровадження:

- організаційно-управлінських;
- соціально-психологічних;
- освітньо-просвітницьких заходів.

Метою впровадження таких заходів є плекання психологічної стійкості усіх суб'єктів освітнього процесу, попередження вигорання, підвищення ефективності освітнього процесу, формування корпоративної системи well-being.

Серед організаційно-управлінських заходів системи психосоціальної підтримки педагогічних працівників ЗВО можна запропонувати:

- чітке формування цілей діяльності співробітників;
- забезпечення індивідуальної траєкторії професійного розвитку співробітника;
- своєчасне інформування щодо завдань і подій, що стосуються професійної діяльності й заохочень, підтримки працівника;
- мотивування діяльності працівників;
- формування й використання адекватної системи заохочень;
- підтримка оптимального соціально-психологічного клімату в колективі;
- залучення працівників до участі в прийнятті рішень щодо підвищення ефективності діяльності;
- формування оптимального графіку освітнього процесу та life-work balance;
- рівномірний розподіл обов'язків та доручень між викладачами та ін.

Соціально-психологічні заходи системи психосоціальної підтримки у закладах вищої освіти вміщують:

- ідентифікацію й інтеграцію в університетську спільноту цінностей плекання психічного здоров'я, формування університетської спільноти, взаємодії, взаємодопомоги;
- плекання стосунків між усіма учасниками освітнього процесу;
- формування університетської ідентичності;
- подолання конфліктів в освітньому процесі; конфлікту поколінь, управлінських конфліктів, конфліктів в колективі;
- врахування вікових особливостей розвитку здобувачів освіти, теорії поколінь та педагогіко-психологічних особливостей навчання покоління Z;
- превенцію психологічних розладів серед здобувачів освіти і педагогічних працівників;
- психоедукацію подолання дезадаптивних когніцій і способів поведінки, способів вирішення проблем, подолання стресу, протидії емоційного вигорання.

Освітньо-просвітницькі заходи системи психосоціальної підтримки педагогічних працівників закладу вищої освіти включають:

- впровадження заходів психосоціальної підтримки;

- розвиток інституту кураторства: підтримка стосунків в групах, конструктивний спосіб вирішення конфліктів;

- розробку системи тренінгів з метою формування навичок плекання психічного здоров'я здобувачів вищої освіти та педагогічних працівників;

- реалізацію заходів тимбілдингу серед здобувачів вищої освіти та педагогічних працівників;

- розвиток професійної та студентської спільноти;

- імплементацію освітніх компонентів, пов'язаних з психологічною освітою (загальна психологія, соціальна психологія, організаційна психологія, управління конфліктами, критичне мислення, соціальний вплив) у відповідні освітні програми закладів вищої освіти;

- реалізацію міжнародних програм і проектів щодо розвитку психосоціальної підтримки у закладах вищої освіти;

- змінення ключового підходу до психологічної освіти у закладах вищої освіти, зокрема, застосування тренінгових технологій у викладанні; педагогічного коучингу, спрямованих на розвиток soft skills у здобувачів вищої освіти;

- створення служби психосоціальної підтримки (кабінет психолога).

Таким чином, створення цілісної служби психосоціальної підтримки у закладах вищої освіти передбачає реалізацію організаційно-управлінських, соціально-психологічних та освітньо-просвітницьких заходів, метою яких є плекання психологічної стійкості усіх суб'єктів освітнього процесу, попередження вигорання, підвищення ефективності освітнього процесу, формування корпоративної системи well-being.

Список літератури

1. Емоційне вигорання педагогічних працівників. URL: file:///D:/Documents/2021/%D0%9F%D0%A1%D0%98%D0%A5%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%93%D0%98%D0%AF%D0%B2%D0%B8%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F.pdf (дата звернення: 27.09.2022 р.)

2. Варганова О.В. Діагностика раціональності в економічній поведінці майбутніх менеджерів. *Економіка і суспільство*. 2021. № 34. <https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/965/923>

3. Мирончук Н.М. Професійне вигорання викладача вищої школи: чинники, ознаки, способи протидії. Теоретичні і методичні засади розвитку і самовдосконалення особистості педагога-новатора в контексті модернізації нової української школи: зб. наук-метод. праць; за ред. О.А. Дубасенюк. Житомир: Вид-во Євенок О.О., 2017. С. 62-67.

4. Романчук О. Творцями стандартів мають бути фахові асоціації. Інтерв'ю. *НейроNews*. URL: <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/interview-Romanchuk.pdf>. (дата звернення: 27.09.2022 р.)