



8(16)
2025

СУСПІЛЬСТВО ТА
НАЦІОНАЛЬНІ
ІНТЕРЕСИ

УДК 378.091.12:159

[https://doi.org/10.52058/3041-1572-2025-8\(16\)-101-114](https://doi.org/10.52058/3041-1572-2025-8(16)-101-114)

Карпенко Ангеліна Андріївна аспірантка Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова, м. Миколаїв, тел.: (093) 235-98-10, <https://orcid.org/0009-0009-3133-2378>

ФОРМИ І МЕТОДИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ДІТЬМИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Анотація. Праця психолога в сучасному світі є надзвичайно цінною, оскільки суспільство перебуває у стані перманентної напруги. Це обумовлено стрімким розвитком інформаційних технологій та постійною потребою в адаптації до змін, які є невід'ємною частиною життя сучасної людини. Більш того, індивід може стикатися з екстремальними ситуаціями, спектр яких є надзвичайно широким: від природних катаклізмів, воєнних конфліктів та пандемій до особистих соціальних проблем, таких як втрата близьких, розлучення, безробіття чи втрата житла. Додатково, багато людей працюють в умовах, які можна класифікувати як екстремальні, що включає дефіцит часу, інформаційні обмеження, мобінг та неналежні умови праці.

З огляду на зростаючу потребу суспільства у кваліфікованих фахівцях, які здатні надавати психологічну допомогу в умовах кризи та стресу, актуалізується проблема професійної підготовки психологів. Виходячи з аналізу освітніх програм, на сьогоднішній день існує певний дисбаланс між теоретичною та практичною складовими. Це призводить до того, що майбутні спеціалісти можуть мати недостатній рівень готовності до роботи в екстремальних умовах та не володіти необхідними навичками емоційної стійкості й адаптивності. Отже, виникає наукова проблема, пов'язана з пошуком ефективних шляхів удосконалення професійної підготовки психологів для їх ефективної діяльності в сучасному світі.

Реалізація окреслених завдань, що є критично важливими для формування психологічно стійкої спільноти, вимагає стратегічних змін у педагогічній підготовці майбутніх психологів. Це обумовлює необхідність впровадження інноваційних освітніх технологій, посилення практичної складової навчання та розроблення ефективних механізмів розвитку стресостійкості у здобувачів освіти. Заходи, спрямовані на забезпечення готовності психологів до ефективного надання допомоги в умовах постійних соціальних трансформацій та кризових викликів, дозволять адаптувати освітній процес до сучасних потреб суспільства та вимог практичної психології.



У статті розглянуто професійну підготовку майбутніх психологів як актуальну педагогічну проблему. Проаналізовано сутність та специфічні особливості надання психологічної допомоги дітям, які перебувають в екстремальних умовах. Особливу увагу акцентовано на значущості підбору форм і методів організації професійної підготовки фахівців до роботи з дітьми в екстремальних ситуаціях.

Ключові слова: професійна підготовка, професійна освіта, майбутній психолог, екстремальні умови, форми та методи організації професійної підготовки.

Karpenko Anhelina Andriivna postgraduate student of Admiral Makarov National University of Shipbuilding, Mykolaiv, tel.: (093) 235-98-10, <https://orcid.org/0009-0009-3133-2378>

FORMS AND METHODS OF ORGANIZING PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE PSYCHOLOGISTS TO WORK WITH CHILDREN IN EXTREME CONDITIONS

Abstract. The work of a psychologist in the modern world is extremely valuable, since society is in a state of permanent tension. This is due to the rapid development of information technologies and the constant need to adapt to changes that are an integral part of the life of a modern person. Moreover, an individual may encounter extreme situations, the spectrum of which is extremely wide: from natural disasters, military conflicts and pandemics to personal social problems, such as the loss of loved ones, divorce, unemployment or loss of housing. In addition, many people work in conditions that can be classified as extreme, which include time shortages, information restrictions, mobbing and inadequate working conditions.

Given the growing need of society for qualified specialists who are able to provide psychological assistance in times of crisis and stress, the problem of professional training of psychologists is becoming more urgent. Based on the analysis of educational programs, today there is a certain imbalance between the theoretical and practical components. This leads to the fact that future specialists may have an insufficient level of readiness to work in extreme conditions and not possess the necessary skills of emotional stability and adaptability. Therefore, a scientific problem arises related to the search for effective ways to improve the professional training of psychologists for their effective activity in the modern world.

The implementation of the outlined tasks, which are critically important for the formation of a psychologically resilient community, requires strategic changes in the pedagogical training of future psychologists. This necessitates the introduction of innovative educational technologies, strengthening the practical component of training,



and developing effective mechanisms for developing stress resistance in students. Measures aimed at ensuring the readiness of psychologists to effectively provide assistance in conditions of constant social transformations and crisis challenges will allow adapting the educational process to the modern needs of society and the requirements of practical psychology.

The article considers the professional training of future psychologists as a topical pedagogical problem. The essence and specific features of providing psychological assistance to children in extreme conditions are analyzed. Particular attention is paid to the importance of selecting forms and methods of organizing professional training of specialists for working with children in extreme situations.

Keywords: professional training, professional education, future psychologist, extreme conditions, forms and methods of organizing professional training.

Постановка проблеми. Сучасні реалії вимагають від системи вищої освіти не лише надання теоретичних знань, а й формування у студентів реальної професійної готовності до викликів, які ставить перед ними суспільство. Особливої актуальності набуває підготовка майбутніх психологів до роботи з дітьми в екстремальних умовах – у ситуаціях війни, насильства, втрати, евакуації, біженства, тобто у контекстах, що потребують високої емоційної стійкості, спеціальних знань і навичок кризового реагування. В умовах зростання кількості психотравмованих дітей з боку освітніх установ вимагається оновлення підходів до професійної підготовки, впровадження таких форм і методів навчання, які б моделювали реальні ситуації, розвивали адаптивність, емпатію та психологічну витривалість майбутніх фахівців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі професійної підготовки особистості присвячено багато наукових досліджень, у рамках окремих наук розглянуто різні аспекти, сформовані різні позиції і концепції. Педагогічне осмислення професійної підготовки майбутніх фахівців закладів вищої освіти здійснили у своїх дослідженнях О. Абдуліна, В. Берека, М. Бубнова, І. Зязюн, Н. Ігнатенко, Л. Йовенко, В. Кузь, О. Мисечко, О. Павлик, Л. Поліщук, Л. Хомич, Л. Хоружа та ін. Значимість та актуальність професійної підготовки студентів-психологів розкрита в фундаментальних концепціях та оригінальних технологіях дослідників Д. Богоявленської, О. Бондаренко, С. Максименко, В. Панка, Є. Пряжнікової, Н. Пряжнікова, Л. Уманець, Н. Чепелевої та інших.

Вчені І. Зязюн, В. Панок, В. Рибалка, М. Шаплавський, М. Бауер, М. Іванчук, Л. Карамушка, С. Максименко, Н. Ничкало особливу увагу приділяли розробці проблеми формування професійної компетентності, критичності мислення, здібностей до прогнозування, імпровізації, інноваційності, формування творчого потенціалу особистості майбутнього практика в системі вищої освіти.

Мета статті – аналіз форм і методів організації професійної підготовки майбутніх психологів у закладах вищої освіти до ефективної роботи з дітьми в екстремальних умовах.



Виклад основного матеріалу. Професійна діяльність психолога, орієнтована на роботу з дітьми, вимагає особливого підходу, адже дитяча психіка суттєво відрізняється від дорослої не лише за рівнем розвитку, а й за способом сприймання, переживання і реагування на події. Діти мають високу чутливість до емоційного фону оточення, тому психологу важливо не просто володіти техніками та методиками, а й бути уважним до мікросигналів поведінки, невербальних проявів тривоги, страху, агресії чи ізоляції.

Під поняттям екстремальні умови підпадають ситуації, які несуть вітальну загрозу для людей. Крім того, такі умови чинять вплив на людські організми на психічному та фізіологічному рівні, вимагаючи їх змін для адаптації під певну ситуацію з метою виживання та переживання цих складних умов, оскільки є необхідність в забезпеченні функціонування організму в умовах, що виходять за межі норми.

Психіка дитини є надзвичайно чутливою до зовнішніх подразників, особливо в екстремальних умовах, яке включає війну, природні катастрофи, насильство, втрату близьких або вимушене переміщення тощо. У таких ситуаціях звична структура дитячого життя руйнується, зникає відчуття безпеки, контрольованості, передбачуваності, що є фундаментом для стабільного психічного розвитку. В екстремальних умовах дитина переживає не лише зовнішній шок, а й глибокі внутрішні зміни, пов'язані з втратою звичного способу буття, що призводить до порушення емоційної регуляції та поведінкової стабільності.

Емоційні реакції можуть проявлятися у вигляді надмірної тривожності, страхів, частих сліз, відчуття безпорадності, сорому чи провини. Також можливі агресивні спалахи, гіперактивність або, навпаки, психоемоційне загальмування. Діти можуть втрачати навички, які вже були сформовані, регресувати: говорити простішими реченнями, боятися бути наодинці. Подібні регресивні реакції не слід розцінювати як порушення — вони є захисними механізмами психіки, яка намагається адаптуватися до змінених умов. Чим молодша дитина, тим більш тілесними та поведінковими будуть її реакції, адже мовленнєвий апарат ще недостатньо розвинений, щоб вербалізувати складні внутрішні стани.

Особливу складність становить те, що діти часто не усвідомлюють джерела своїх переживань, але при цьому глибоко їх відчувають. У дітей молодшого шкільного віку порушення можуть проявлятися через соматичні симптоми — головний біль, біль у животі, нудоту, втрату апетиту або сну. Підлітки, своєю чергою, мають вищий рівень самосвідомості, але водночас — менше життєвих ресурсів для того, щоб впоратися з глибокими емоційними потрясіннями. Вони можуть демонструвати цинізм, емоційне відсторонення, спроби ізолюватися, небажання говорити про події або уникати будь-якого їх обговорення, демонстративно відмовляючись від підтримки. Такі реакції також є формою психологічного захисту.



8(16)
2025

СУСПІЛЬСТВО ТА
НАЦІОНАЛЬНІ
ІНТЕРЕСИ

У дитини, що потрапила в умови загрози життю чи благополуччю, порушується базове відчуття довіри до світу та дорослих. Саме це є головною загрозою для її емоційного та особистісного розвитку. Безпечний, стабільний дорослий поруч — основна умова того, щоб психіка дитини змогла адаптуватися до екстремальної ситуації. Відсутність такої фігури, навпаки, може призвести до формування глибоких психотравм, які проявляться не одразу, а з часом — у вигляді тривалих розладів емоційної сфери, труднощів у навчанні, побудові стосунків, проявів аутоагресії, ізоляції або ризикованої поведінки.

Найбільша небезпека в тому, що діти не мають внутрішніх ресурсів, які притаманні дорослим: розвиненого критичного мислення, досвіду подолання втрат, зрілої системи саморегуляції. Тому екстремальні умови для дитини — це не просто стрес, а досвід, що виходить за межі здатності осмислити, прийняти, переробити самостійно. Травматичний досвід «заморожується» в психіці і часто проявляється у вигляді повторюваних снів, тривожних реакцій на звуки, запахи, події, що нагадують про пережите. Дитина може боятися спати на самоті, втратити близьких, залишатися в закритому просторі або перебувати на вулиці. Поведінка у таких випадках диктується не логікою, а тілесною пам'яттю і глибоко закоріненим почуттям небезпеки.

Однак варто підкреслити, що психіка дитини володіє значним потенціалом до відновлення — за умови, що вона отримає емоційну підтримку, стабільне оточення, можливість без примусу виражати свій біль, злість, страх, без потреби «бути хорошою» чи «сильною». В екстремальних умовах важливо зберігати хоча б мінімальну структуру дня, повторюваність подій, ритуали — усе те, що допомагає дитині знову відчувати контроль і стабільність, відновити внутрішню безпеку [1].

Таким чином, особливості психіки дітей в екстремальних умовах виявляються через глибоку дестабілізацію емоційної рівноваги, порушення поведінки, фізіологічні симптоми, зміну самооцінки та базових переконань про світ. Це вимагає від дорослих чуйності, послідовності, готовності не «виправляти» дитину, а бути поруч, приймати її такою, як вона є, і створювати простір для природного психічного відновлення.

Психологічна готовність майбутніх фахівців до реалізації діяльності в екстремальних умовах є фундаментальною складовою їх професійного становлення, оскільки сучасне суспільство дедалі частіше стикається з ситуаціями загрози, ризику та нестабільності. Умови воєнних дій, техногенних катастроф, соціальних потрясінь і природних лих вимагають від фахівців — особливо тих, хто працює у сфері допомоги людям — не лише професійної обізнаності, а й здатності зберігати психічну стійкість, приймати ефективні рішення, швидко адаптуватися до динамічних змін і витримувати високий рівень стресового навантаження. Саме тому психологічна готовність не може бути



розглянута як окремий навик чи характеристика — вона є ключовою властивістю особистості, що поєднує мотиваційно-ціннісну орієнтацію, знання, емоційну регуляцію і здатність до дії в умовах невизначеності.

Мотиваційно-ціннісний компонент психологічної готовності передбачає, що майбутній фахівець має глибоке внутрішнє усвідомлення важливості своєї професії, щире прагнення надавати допомогу людям у складних життєвих обставинах і готовність до самопожертви, відповідальності та дії в умовах ризику. Цей компонент формується не лише через лекції та академічну інформацію, а передусім через досвід, приклади морального лідерства, волонтерську діяльність, участь у соціально значущих проектах і міжособистісні взаємодії з наставниками, які самі є носіями високих ціннісних орієнтирів.

Когнітивний компонент означає не просто наявність теоретичних знань, а сформовану систему уявлень про типи кризових ситуацій, механізми їх розвитку, етапи психологічного реагування особистості на стрес, базові засади кризового втручання, методи стабілізації та алгоритми дій у надзвичайних обставинах. Важливо, щоб студент не лише знав терміни, але й умів їх застосувати до реальних кейсів, аналізувати події з позиції психолога, прогнозувати розвиток подій і бачити межі власної професійної компетенції.

Емоційно-вольовий компонент виступає основою внутрішньої витривалості. Це здатність залишатися зібраним у критичний момент, контролювати емоції, не піддаватися паніці, керувати імпульсивними реакціями, підтримувати інших, коли сам переживаєш страх чи напругу. Такий рівень саморегуляції досягається поступово — через систематичне тренування уваги, емоційної рефлексії, тілесної усвідомленості, роботу над собою в умовах змодельованого стресу, практику в парасимпатичному відновленні. Студенти, які проходять через спеціальні вправи, тренінги, театралізовані ситуації, набувають навичок не теоретичної, а реальної стійкості в емоційно насичених ситуаціях.

Операційно-діяльнісний компонент є результатом поєднання всіх вищезазначених складових — це здатність не просто знати, як діяти, а діяти реально, ефективно і вчасно. Йдеться про практичні навички — від технік психологічного «заземлення» до організації евакуації, від кризової бесіди до забезпечення первинної психологічної стабілізації. Ці навички формуються не лише у формальних рамках практики, а й у міждисциплінарній взаємодії: через співпрацю з медиками, рятувальниками, юристами, де студент навчається працювати у складній, багаторівневій системі допомоги [2].

Формування психологічної готовності майбутніх фахівців є безперервним процесом, який починається з перших курсів навчання і має супроводжувати студента на всіх етапах — від аудиторної роботи до практики в кризових службах. Це не просто додатковий модуль — це наскрізний елемент усієї системи професійної підготовки, що має бути інтегрований в кожну дисципліну, в освітне



8(16)
2025

СУСПІЛЬСТВО ТА
НАЦІОНАЛЬНІ
ІНТЕРЕСИ

середовище загалом. Важливо також забезпечити психогігієнічні умови, в яких майбутній фахівець має змогу не тільки вчитися допомагати, а й навчатися турбуватися про себе, відновлювати ресурс і не втрачати сенс у своїй роботі.

Ключовим чинником, що впливає на ефективність формування психологічної готовності, є позитивна професійна ідентичність. Коли студент відчуває себе частиною спільноти фахівців, бачить приклади гідної поведінки, чує мову емпатії й відповідальності, тоді в нього формується внутрішній образ фахівця, який здатен бути надійною опорою для інших. Таке самоусвідомлення, внутрішнє прийняття професійної ролі, сприяє підвищенню самовпевненості, зниженню тривоги перед майбутньою роботою та загальному зростанню адаптаційного потенціалу.

Таким чином, психологічна готовність до дій в екстремальних умовах — це не ізольований компонент підготовки, а складна, багатовимірна конструкція, яка формує професіонала нового типу — гнучкого, стійкого, свідомого, здатного бути присутнім у найскладніші моменти життя інших. Формування цієї готовності має стати одним із головних завдань сучасної вищої освіти, яка відповідає на виклики сьогодення не лише знанням, а людяністю, витримкою і справжньою внутрішньою силою.

У системі професійної підготовки майбутніх психологів важливу роль відіграють теоретичні форми організації навчального процесу. Саме вони закладають базу фахових знань, формують понятійно-категоріальний апарат і забезпечують глибоке розуміння основ психодіагностики, психологічного консультування, кризової допомоги тощо. До ключових форм належать лекції, семінари та спеціальні навчальні курси (спецкурси), кожна з яких виконує свою функцію в освітньому процесі.

Лекції є базовою формою подачі теоретичного матеріалу. Вони спрямовані на формування системного бачення предмета, розкриття ключових понять, наукових концепцій, підходів і тенденцій розвитку психологічної науки. Лектор не лише передає знання, а й формує аналітичне мислення, стимулює інтерес до теми, окреслює проблемні зони, які потребують самостійного дослідження.

Семінари, на відміну від лекцій, передбачають активну участь студентів у навчальному процесі. Вони спрямовані на закріплення і практичне осмислення лекційного матеріалу через обговорення, аналіз кейсів, підготовку презентацій, дебати, рольові ігри. Така форма дає змогу розвивати критичне мислення, навички комунікації та професійного діалогу, а також здатність до аргументації й відстоювання власної позиції.

Спецкурси є поглибленими навчальними модулями, присвяченими окремим аспектам майбутньої професійної діяльності психолога. У контексті підготовки до кризової роботи це можуть бути дисципліни з психотравматології, кризової інтервенції, психології катастроф або роботи з особами, які пережили



втрати. Їхнє завдання — надати студентам вузькоспеціалізовані знання й ознайомити з найсучаснішими підходами та методами допомоги в особливих умовах [3].

Усі зазначені форми є необхідними та взаємодоповнюючими — лекції формують базу, семінари розвивають практичне розуміння, а спецкурси дають вузькопрофільну підготовку.

Практичні форми підготовки, такі як тренінги, рольові ігри та моделювання ситуацій, відіграють ключову роль у формуванні професійної компетентності майбутніх психологів, особливо у контексті роботи в кризових та екстремальних умовах. Ці методи дозволяють не лише засвоювати теоретичні знання, а й інтегрувати їх у практичну діяльність, формуючи вміння адаптуватись до нестандартних ситуацій, працювати в команді та швидко приймати рішення.

Тренінги — це інтенсивна форма групового навчання, яка має на меті розвиток специфічних навичок і моделей поведінки. У процесі тренінгових занять психологи набувають умінь самоусвідомлення, саморегуляції, подолання стресових станів, розвитку емоційного інтелекту та емпатії. Тренінги проводяться у форматі практико-орієнтованих занять і включають такі етапи, як вступ, активне залучення, рефлексія та зворотний зв'язок. Вони ґрунтуються на принципах активного навчання: тут студенти не просто слухачі, а активні учасники процесу, які взаємодіють одне з одним та з тренером. Завдяки цьому у студентів розвиваються такі компетентності, як адаптивність, стресостійкість, емоційна чутливість та здатність до конструктивної взаємодії в умовах напруги чи небезпеки.

Як приклад, у тренінгах з психологічної готовності до роботи в екстремальних умовах використовуються вправи на побудову довіри в групі, розвиток навичок кризової комунікації, опрацювання внутрішньої тривоги через тілесні практики або символічне моделювання. Подібні програми довели свою ефективність у системі підготовки військових психологів, волонтерів, фахівців із кризового реагування.

Рольові ігри — ще один ефективний метод, який моделює реальні професійні ситуації в безпечному навчальному середовищі. Учасники беруть на себе певні соціальні ролі, наприклад: «психолог-консультант», «постраждалий у кризі», «спостерігач». Це дозволяє практично опрацювати складні моменти: наприклад, першу розмову з дитиною після втрати, або супровід людини, що пережила травматичну подію. Рольова гра змушує не лише «розігрувати» ситуацію, а й глибоко проживати її, що посилює емоційну компетентність і розуміння психологічних процесів. У процесі гри майбутній фахівець навчається управляти власною поведінкою, формує навички етичної комунікації, а також отримує досвід дій у контекстах, які неможливо повністю змоделювати в аудиторних умовах за допомогою лише лекцій.



8(16)
2025

СУСПІЛЬСТВО ТА
НАЦІОНАЛЬНІ
ІНТЕРЕСИ

Моделювання ситуацій — метод, тісно пов'язаний із рольовими іграми, але з більшим акцентом на аналізі варіантів поведінки, оцінці ризиків і прийнятті рішень. Метою є створення умов, максимально наближених до реальних обставин, у яких студенти повинні діяти як справжні фахівці. Наприклад, моделюється ситуація евакуації дітей з умовно небезпечної зони, надання першої психологічної допомоги потерпілому чи організація кризової інтервенції після втрати. Цей метод дозволяє «відчувати» себе в професійній ролі, проаналізувати труднощі, зіткнутись із моральними дилемами та навчитися критично оцінювати власну поведінку. Важливою частиною моделювання є обговорення дій, аналіз помилок, порівняння з альтернативними стратегіями, що формує цілісне розуміння ситуаційного мислення [3].

Застосування тренінгів, рольових ігор та ситуаційного моделювання доводить свою ефективність у формуванні психологічної готовності до професійної діяльності. Завдяки їм майбутні психологи набувають досвіду реагування в умовах високої невизначеності, формують власний стиль взаємодії з клієнтами та колегами, вчаться не лише допомагати, а й зберігати власний психоемоційний ресурс.

Психолого-педагогічна практика є невід'ємною складовою професійної підготовки майбутніх фахівців у галузі психології та педагогіки. Вона виступає своєрідним містком між теоретичними знаннями, отриманими в університеті, та реальними умовами професійної діяльності, в яких формується справжня фахова ідентичність студента.

У ході практики студенти вперше стикаються з потребою застосовувати теоретичні знання у взаємодії з учнями, педагогічним колективом і адміністрацією закладу освіти. Це забезпечує розвиток практичних навичок, формує вміння проводити психолого-педагогічне спостереження, аналізувати поведінку та емоційні стани дітей, розробляти рекомендації, адаптовані до індивідуальних особливостей учнів.

Особливістю психолого-педагогічної практики є її комплексний характер. Вона включає ознайомлення з нормативно-правовими документами закладу освіти, спостереження за освітнім процесом, активну участь у підготовці й проведенні виховних заходів, а також здійснення психодіагностики, анкетування, проведення тренінгів, індивідуальних бесід тощо [4].

Найважливішим результатом проходження практики є розвиток професійної самосвідомості та готовності до самостійної практичної діяльності. Студент навчається етично взаємодіяти з дітьми, розв'язувати педагогічні ситуації, проявляти ініціативу, відповідальність та критичне мислення. Саме завдяки цим формам залучення до професії, відбувається внутрішнє професійне становлення — перехід від абстрактного уявлення про діяльність до її реального, досвідного освоєння.



Використання кейс-методу в підготовці фахівців до роботи в кризових ситуаціях є одним із найбільш ефективних і науково обґрунтованих підходів, що забезпечує формування глибокого професійного мислення, розвиток навичок аналітичного аналізу, прийняття рішень у нестандартних умовах та формування стійких поведінкових моделей у складних психологічних контекстах. Кейс-метод, або метод ситуаційного аналізу, базується на розгляді реальних або умовно змодельованих ситуацій, які потребують вивчення, аналізу, ухвалення рішення або розробки стратегії дій.

У контексті підготовки до роботи в екстремальних умовах цей метод дає змогу студентам-психологам і практикуючим фахівцям навчатися на прикладах реальних кризових сценаріїв: від випадків психологічної травматизації дітей до масових катастроф, надзвичайних ситуацій, військових дій, втрати близьких або посттравматичних розладів. Завдяки цьому методу майбутні фахівці не лише отримують когнітивні знання про те, як слід діяти в кризовій ситуації, а й вчаться мислити системно, бачити альтернативи, оцінювати етичні ризики, прогнозувати наслідки дій і розуміти особливості емоційного стану клієнта в момент травмування.

Однією з головних переваг кейс-методу в підготовці до роботи в екстремальних умовах є його інтегративність. Він поєднує в собі елементи теорії, аналізу практики, групової дискусії, рефлексії та вироблення конкретних навичок дій. Студенти мають можливість спільно з викладачем або фасилітатором зануритися в деталі конкретної ситуації, розглянути її з різних точок зору, обговорити емоційні аспекти переживань учасників, юридичні нюанси, етичні дилеми, а також продумати поетапний план дій психолога. Наприклад, кейс може містити опис ситуації, де дитина пережила втрату батьків унаслідок воєнних дій, або ж ситуацію суїцидальних намірів у підлітка після евакуації з гарячої точки. Аналізуючи такий кейс, учасники тренінгу не просто розвивають теоретичне уявлення про психологічну першу допомогу, а й практикують комунікативні фрази, способи встановлення контакту, варіанти підтримки, визначають, на якому рівні потрібне втручання — кризове консультування, психотерапія чи психіатрична допомога.

Кейс-метод має величезне значення для формування навичок командної взаємодії. У процесі розбору складних кейсів, учасники навчаються працювати в умовах обмеженого часу, розподіляти ролі в групі, слухати інші точки зору, аргументувати власні рішення, приймати спільні рішення. Це імітує роботу кризових груп допомоги, які діють у реальному житті в межах шкіл, центрів соціальної підтримки, військових шпиталів чи мобільних бригад психологічної допомоги.

Особливо цінною особливістю кейс-методу є створення умов для безпечного навчального експерименту. Майбутні фахівці можуть помилятися, аналізу-



8(16)
2025

СУСПІЛЬСТВО ТА
НАЦІОНАЛЬНІ
ІНТЕРЕСИ

вати свої хибні судження, відчувати емоційний резонанс, проте все це відбувається у контрольованому середовищі навчання, де помилка не несе фатальних наслідків для клієнта. Це створює основу для справжнього професійного зростання, заснованого не на страху, а на свідомій рефлексії та глибокому осмисленні.

Крім того, кейс-метод у підготовці до реалізації діяльності в екстремальних умовах дозволяє інтегрувати міждисциплінарні знання: юриспруденцію, педагогіку, медицину, соціологію, комунікаційні технології. У реальних кризах психолог часто працює не самотійно, а в міждисциплінарній команді, тому здатність враховувати багато факторів і бачити загальну картину — це критично важлива професійна компетенція [5].

Підсумовуючи, можна сказати, що кейс-метод — це не просто дидактичний прийом, а потужний інструмент професійної трансформації майбутнього фахівця. Він вчить мислити, відчувати, діяти і брати відповідальність — саме ті якості, які необхідні психологу, що працює в кризовому середовищі.

Використання елементів психодрами та арттерапії у навчальному процесі майбутніх психологів і педагогів є не лише інноваційним, але й надзвичайно ефективним педагогічним підходом, який дозволяє поєднати емоційне, когнітивне та практичне освоєння навчального матеріалу. Ці методи сприяють не лише глибшому засвоєнню психологічних концепцій, але й формуванню цілісної особистості майбутнього фахівця, здатного до емпатії, рефлексії, адаптації до стресових ситуацій та етичної професійної взаємодії.

Психодрама, як один із провідних методів гуманістичної психотерапії, була адаптована до навчального процесу завдяки своїй унікальній здатності «оживляти» теоретичний матеріал через досвід особистого переживання. У психодраматичній сцені студенти беруть участь у рольових імпровізаціях, у яких можуть досліджувати свої внутрішні конфлікти, проєктувати психологічні стани інших людей або моделювати професійні ситуації — наприклад, зустріч з кризовим клієнтом, роботу з дитиною, яка зазнала насильства, або конфліктну ситуацію в педагогічному колективі. Усе це відбувається у форматі спонтанної театральної взаємодії, яка водночас активує уяву, тілесну пам'ять, вербальні й невербальні ресурси особистості. Такі вправи суттєво підвищують емоційну чутливість студентів, вчать їх швидко орієнтуватися в нових ситуаціях, а також дають досвід безпечного переживання сильних емоцій.

У навчальному середовищі психодрама дозволяє не лише відтворювати життєві ситуації, а й трансформувати їх, змінюючи кут зору на події, перевтілюючись у різні ролі, включаючи «Я-психолога», «Я-клієнта», «Я-спостерігача». Це дозволяє краще зрозуміти механізми захисту, типові емоційні реакції, а також налагодити контакт із власними почуттями — що є основою психотерапевтичної роботи. Заняття з елементами психодрами сприяють



груповій динаміці, формуванню довіри між учасниками та створенню атмосфери емоційної безпеки, яка є критично важливою для розвитку майбутнього психолога як емпатійного та стійкого фахівця [6].

Арттерапія, у свою чергу, відкриває доступ до глибинних емоцій і несвідомих процесів через метафоричне, символічне та творчо-інтуїтивне самовираження. Малювання, ліплення, колажі, рух, музика, написання асоціативних текстів або створення власних символічних образів — усе це не лише дозволяє студентам опрацювати власні внутрішні конфлікти, а й краще зрозуміти клієнтів, які можуть не мати змоги вербалізувати свій стан. Арттерапевтичні техніки особливо корисні у підготовці фахівців до роботи з дітьми, людьми, що пережили травму, або клієнтами з обмеженими можливостями мовлення. Наприклад, вправа зі створення «кола безпеки» або «внутрішнього пейзажу» дозволяє студенту не лише відчувати власні емоційні межі, а й побачити, як проявляється стан тривоги, страху, довіри чи радості через колір, лінію, форму.

У навчальних курсах арттерапія може виступати як метод самодослідження, як форма колективної рефлексії, як інструмент розвитку критичного мислення (через інтерпретацію образів) або як засіб подолання навчального стресу. Наприклад, під час сесійної напруги викладач може впровадити короткі практики «кольорової паузи» або «візуального щоденника», які допомагають студентам емоційно перезавантажитися [7].

Інтеграція елементів психодрами й арттерапії у навчальний процес дозволяє подолати обмеження традиційного викладання, де акцент робиться лише на знаннях. Вона формує активного, відповідального, саморефлексивного фахівця, готового до постійного навчання, внутрішньої трансформації й відкритої комунікації з клієнтом. Крім того, такі методи покращують психологічний клімат у навчальних групах, розвивають групову згуртованість, посилюють мотивацію до навчання та сприяють емоційному благополуччю студентів, яке є не менш важливим за академічну успішність.

Висновки. Підготовка психологів до роботи з дітьми, особливо в екстремальних умовах, є складним і багаторівневим процесом, що потребує як змістовного теоретичного підґрунтя, так і практичного опрацювання навичок. У фокусі такої підготовки перебуває розуміння специфіки психологічної допомоги дітям, які опинилися в ситуаціях стресу, втрати, насильства, переміщення або війни. Особистість фахівця-психолога має бути не лише теоретично підкованою, а й емоційно стабільною, рефлексивною, здатною до миттєвої адаптації та щирої емпатії.

Сучасна освітня система повинна забезпечувати студентам можливість освоювати знання про вікові та індивідуальні особливості психіки дитини, формувати уявлення про механізми психологічної травми, особливості емоційного реагування в критичних умовах. Також важливо, щоб майбутній фахівець

розумів, як розвивається посттравматичний досвід у дітей, умів розпізнати прояви порушень адаптації, тривоги, страху чи емоційного оніміння. Водночас професійна підготовка має включати розвиток власної психологічної готовності діяти в непередбачуваних обставинах, уникати емоційного вигорання та зберігати ефективність навіть у надзвичайно складних умовах.

Отже, можна стверджувати, що підготовка психолога до роботи з дітьми в екстремальних умовах повинна бути багаторівневою, міждисциплінарною та особистісно-орієнтованою. Вона потребує поєднання академічної підготовки, практичної взаємодії, емоційного досвіду, рефлексії, креативності та відповідальності. Саме такий підхід до професійної підготовки майбутніх психологів зможе сформувати компетентного фахівця.

Література:

1. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки : метод. посіб. Київ : Нац. акад. пед. наук України. Ін-т психології ім. Г. С. Костюка, 2015. 232 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/705405/1/A4%20МЕТОДИЧНИЙ%20ПОСІБНИК%202015.pdf>.
2. Мельничук Т. І., Зубіашвілі І. К. Професійне становлення майбутніх кризових психологів в умовах сучасного закладу вищої освіти. *Актуальні проблеми в системі освіти: загальноосвітній заклад середньої освіти – доуніверситетська підготовка – заклад вищої освіти*. 2021. № 1. С. 189–193. URL: <https://jrnل.nau.edu.ua/index.php/APSE/article/view/15862>.
3. Зливков В., Лукомська С. Теорія та практика психологічних тренінгів : посібник. К.-Ніжин : ФОП Лисенко М.М., 2019. 209 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf.
4. Годлевська К. В. Педагогічна практика в системі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів в угорщині. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2016. № 51. С. 118–122. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/710500/1/Pfto_2016_51_18.pdf.
5. Дрижак В. В. Кейс-метод як фактор підвищення ефективності підготовки фахівців для органів та установ державної кримінально-виконавчої служби України. *Науковий вісник Сіверщини. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки*. 2018. Т. 1, № 1. С. 58–69. URL: <https://seducation.pau.edu.ua/wp-content/uploads/2018/text-pdf2018/Dryzhak-V-V.pdf>.
6. Чудаєва Н., Шулдик Г. Психодрама. Курс лекцій : навч. посіб. Умань : Візаві, 2020. 158 с. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/12839/1/Psyhodrama.pdf>.
7. Колпакчи О. Арт-терапія: курс лекцій : навч. посіб. Київ : "Центр учб. літ.", 2018. 288 с. URL: <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2025/04/Арт-терапія-курс-лекцій.pdf>.

References:

1. Kisarchuk, Z.H. (2015). *Psykhologichna dopomoha ditiam u kryzovykh sytuatsiiakh: metody i tekhniky* [Psychological assistance to children in crisis situations: methods and techniques]. Kyiv: Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy. Instytut psykhologii im. H. S. Kostiuksa Retrieved from : <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/705405/1/A4%20МЕТОДИЧНИЙ%20ПОСІБНИК%202015.pdf> [in Ukrainian].
2. Melnychuk, T.I., & Zubiashvili, I.K. (2021). Profesiine stanovlennia maibutnikh kryzovykh psykhologiv v umovakh suchasnoho zakladu vyshchoi osvity [Professional development of future crisis psychologists in modern higher education institutions]. *Aktualni problemy v systemi osvity: zahalnoosvitnii zaklad serednoi osvity – douniversytetska pidhotovka – zaklad vyshchoi osvity, 1*, 189-193. Retrieved from: <https://jrnل.nau.edu.ua/index.php/APSE/article/view/15862> [in Ukrainian].



3. Zlyvko, V., & Lukomska, S. (2019). *Teoriia ta praktyka psykholohichnykh treninhiv [Theory and practice of psychological trainings]*. Kyiv-Nizhyn: FOP Lysenko M.M. Retrieved from: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvko_Lukomska.pdf [in Ukrainian].

4. Godlevska, K.V. (2016). Pedagogichna praktyka v systemi profesiinoi pidhotovky maibutnikh uchyteliv pochatkovykh klasiv v Uhorszhyni [Pedagogical practice in the system of professional training of future primary school teachers in Hungary]. *Pedagogika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh – Pedagogy of forming a creative personality in higher and secondary schools*, 51, 118-122. Retrieved from: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/710500/1/Pfto_2016_51_18.pdf [in Ukrainian].

5. Dryzhak, V.V. (2018). Keis-metod yak faktor pidvyshchennia efektyvnosti pidhotovky fakhivtsiv dlia orhaniv ta ustanov derzhavnoi kryminalno-vykonavchoi sluzhby Ukrainy [Case method as a factor in increasing the effectiveness of training specialists for the bodies and institutions of the state criminal executive service of Ukraine]. *Naukovyi visnyk Sivershchyny. Seriya: Osvita. Sotsialni ta povedinkovi nauky – Scientific Bulletin of Sivershchyna. Series: Education. Social and Behavioral Sciences*, 1(1), 58-69. Retrieved from: <https://seducation.pau.edu.ua/wp-content/uploads/2018/text-pdf2018/Dryzhak-V-V.pdf> [in Ukrainian].

6. Iliashenko, S.M., & Shypulina, Yu. S. (2007). *Tovarna innovatsiina polityka [Product innovative policy]*. Sumy: VTD «Universytetska knyha». Retrieved from: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/12839/1/Psyhodrama.pdf> [in Ukrainian].

7. Kolpakchi, O. (2018). *Art-terapiia: kurs leksii [Art therapy: a course of lectures]*. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury. Retrieved from: <https://psychologdcp.in.ua/wp-content/uploads/2025/04/Art-terapiia-kurs-lektsii.pdf> [in Ukrainian].