

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ВІЙНИ НА СТАН ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ДО ПИТАННЯ ВИБОРУ ДІАГНОСТИЧНОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ (УКРАЇНСЬКИЙ КЕЙС)

FEATURES OF WAR IMPACT ON THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF HIGHER EDUCATION STUDENTS: ON THE ISSUE OF CHOOSING DIAGNOSTIC TOOLS (UKRAINIAN CASE)

Статтю присвячено дослідженню ефективних діагностичних інструментів для аналізу психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти, зокрема в контексті впливу війни в Україні. Дослідження зосереджене на використанні діагностичних інструментів для оцінювання психічного здоров'я студентів в умовах травматичного стресу. Розглянуто такі інструменти, як клінічна бесіда, клінічне інтерв'ю, PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C) та State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Висвітлено сутність клінічної бесіди та клінічного інтерв'ю, етапи та принципи їх проведення. Особливу увагу приділено питанням формулювання психологічного діагнозу на основі результатів клінічної бесіди. Розглянуто типи варіантів клінічного інтерв'ю: неструктуроване, напівструктуроване та структуроване. Описано PCL-C як інструмент для діагностування посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Проаналізовано його сильні та слабкі боки, а також описано процедуру його застосування й інтерпретації результатів у контексті роботи зі здобувачами вищої освіти в Україні в умовах широкомасштабного воєнного вторгнення. Докладно розглянуто STAI як інструмент для діагностування тривожності. Проаналізовано структуру тесту, його теоретичну основу, а також указано на можливість використання його для діагностування як стану, так і рівня тривожності.

Загальні висновки дослідження полягають у тому, що для комплексного діагностування психічного здоров'я здобувачів вищої освіти в Україні в умовах широкомасштабного воєнного вторгнення можна використовувати різноманітні інструменти, такі як клінічна бесіда, клінічне інтерв'ю, PCL-C та STAI. Різні інструменти можуть доповнювати один одного та забезпечувати більш точну та повну картину психічного стану клієнтів. Результати цього дослідження можуть бути корисні для психологічної практики та психологічних досліджень в Україні, зокрема для студентів, які потребують підтримки

та допомоги для збереження свого психічного здоров'я в умовах війни.

Ключові слова: ментальне здоров'я, екстремальна психологія, ПТСР, психологічна допомога, студенти.

The article is devoted to the study of effective diagnostic tools for analyzing the psychological health of university students, in particular amidst the impact of the war in Ukraine. The research focuses on the use of diagnostic tools for assessing the mental health of students under traumatic stress. It was considered such tools as clinical conversation, clinical interview, PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C), and State-Trait Anxiety Inventory (STAI). The author elucidates the essence of clinical conversation and clinical interview, stages and principles of their conduct. Special attention is paid to the formulation of psychological diagnosis based on the results of a clinical interview. Types of clinical interview options are considered: unstructured, semi-structured, and structured. PCL-C is described as a diagnostic tool for post-traumatic stress disorder (PTSD). Its strengths and weaknesses are analyzed, and the procedure for its application and result interpretation in the context of working with university students in Ukraine amidst a large-scale military invasion is described. STAI as a tool for diagnosing anxiety is discussed in detail. It is analyzed the test structure and its theoretical basis, and applicability to diagnose both the state and the level of anxiety is indicated.

General research conclusions prove that one can use a variety of tools (e.g., clinical interview, clinical conversation, PCL-C, and STAI) for the comprehensive diagnosis of the mental health of university students amidst a large-scale military invasion. Different tools can complement each other and guarantee a more accurate and complete picture of the mental state of clients. The results of the present study can be useful for psychological practice and psychological research in Ukraine, in particular for students who need support and help to maintain their mental health in the wartime.

Key words: mental health, extreme psychology, PTSD, psychological aid, students.

УДК 159.952.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.15>

Мотозюк Л.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Хмельницька гуманітарно-педагогічна
академія

Блохіна І.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Москаленко О.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Постановка проблеми. Мета статті – аналіз методів діагностування психологічного стану здобувачів вищої освіти, які перебувають в умовах широкомасштабного воєнного вторгнення, в умовах дистанційної освіти. Бойові дії можуть суттєво вплинути на психологічне здоров'я студента ЗВО, зокрема на його емоційний стан, ставлення до себе та світу, життєстійкість і віру в майбутнє. Водночас процес здобуття вищої освіти може бути джерелом додаткового стресу, що впливає на психіку. Таким чином, слід вивчити ефективність існуючих інстру-

ментів моніторингу психологічного здоров'я в умовах дистанційної освіти. Це дасть змогу вчасно допомогти студентам, які зіткнулися з тяжкими психологічними наслідками воєнної агресії.

Існує безліч методик та інструментів для діагностування психологічного стану людини, однак не всі з них підходять для студентів. У статті розглянуто ті з них, які зарекомендували свою ефективність та дають можливість адаптувати їх до умов дистанційної освіти. Нині на території України йде війна, тому для моніторингу ментального здоров'я здобува-

чів вищої освіти виникає необхідність розроблення та впровадження відповідних діагностичних інструментів.

Однією з основних проблем, на думку авторів, є вибір оптимального діагностичного інструментарію для діагностики психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти в умовах дистанційної освіти, що перебувають на території України під час повномасштабного вторгнення. Нині в Україні наявних досліджень цього питання недостатньо, і не існує єдиного стандарту для визначення психічного стану цієї групи населення. Це може призвести до недооцінювання серйозності проблеми та недостатнього рівня допомоги і підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Нині дослідження в галузі психології впливу війни на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти та пошуку ефективних діагностичних інструментів для визначення стану їхнього ментального здоров'я набули особливо актуальним через повномасштабне військове вторгнення, яке суттєво вплинуло на психологічний стан населення. Одним із головних питань, яке висвітлюється через вплив бойових дій на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти, є вибір діагностичного інструментарію. Зокрема, досліджуються діагностичні методи, які найкраще використовувати для визначення стану ментального здоров'я.

У статті Н. Москаленко та ін. предметом дослідження був вплив війни на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти в Україні. Результати показали, що більшість респондентів, які пережили війну, мала симптоми ПТСР та депресії, а також знижену якість життя. У дослідженні О. Лазорко, Т. Шевцової висвітлено застосування двох різних інструментів діагностики ПТСР у здобувачів вищої освіти, які пережили війну, – CAPS-5 та PTSD-I. Обидва інструменти мали високу ефективність. Також цікавою є робота О. Жук, О. Іващенко, М. Шульги, у якій досліджувалося питання коморбідності ПТСР та інших розладів у здобувачів вищої освіти, які пережили війну на Сході України. Результати показали, що більшість респондентів мала не лише симптоми ПТСР, а й інші психічні розлади, такі як депресія та тривожність. Дослідження також виявило респондентів зі значним рівнем тривожності та зневіри в майбутньому. Останні дослідження вказують на те, що одним із найкращих інструментів для діагностування ПТСР є Клінічна шкала посттравматичного стресового розладу (CAPS-5). CAPS-5 є структурованим інтерв'ю, яке дає змогу оцінити наявність і важкість симптомів ПТСР. Проте питання пошуку ефективних інструментів діагностики потребує додаткового уточнення.

Постановка завдання. Метою статті є дослідження доступних діагностичних інструментів для визначення психологічних наслідків війни серед здобувачів вищої освіти в Україні під час війни в умовах дистанційної освіти. Для досягнення цієї мети використано загальнонаукові методи аналізу й узагальнення. Результати цього дослідження сприятимуть більш повному розумінню психологічних наслідків війни серед здобувачів вищої освіти в Україні, а також допоможуть вибрати найефективніший діагностичний інструментарій для визначення цих наслідків. Робота сприятиме розвитку психологічної підтримки здобувачів вищої освіти, які мають проблеми з ментальним здоров'ям через повномасштабне воєнне вторгнення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Війна є складним соціальним явищем, що супроводжується численними проблемами. Не лише фізичне, а й психологічне здоров'я населення стає предметом наукових досліджень. Зокрема, психологами активно досліджується вплив війни на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти в Україні.

Для діагностування психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти необхідно використовувати ефективні інструменти та методики. Вони дають змогу оцінювати різні показники психологічного здоров'я. У роботі розглядаються деякі із цих інструментів і методів та особливості їх застосування для діагностування стану психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти, які перебувають на території України.

Одним із найефективніших діагностичних інструментів для дослідження психологічних проблем дорослих осіб є клінічна бесіда. Цей метод дає змогу досліднику встановити контакт із клієнтом та оцінити його психологічний стан, з'ясувати характер симптомів та їх зв'язок із життєвими ситуаціями, у яких він опинився. У процесі клінічної бесіди клієнт розповідає про свої переживання, думки, поведінку й інші емоційні стани, які можуть свідчити про наявність психологічних проблем.

Клінічна бесіда є одним із найпоширеніших методів діагностики та лікування психічних розладів. Цей метод полягає у розмові між психологом і клієнтом із метою виявити психічні симптоми та зрозуміти причини їх виникнення. Однією з переваг клінічної бесіди є можливість дістати детальну інформацію про психологічний стан безпосередньо від клієнта. Під час бесіди психолог може поставити запитання, що дадуть змогу виявити наявність симптомів таких психічних розладів, як тривога, депресія, шизофренія, афективні розлади та ін. Окрім того, психолог може дізнатися про історію життя клієнта, його особистісні риси, соці-

альне середовище й інші чинники, які можуть впливати на його психологічний стан.

Клінічна бесіда може бути структурованою та неструктурованою. У структурованій бесіді психолог використовує певні запитання та протокол, що дає змогу оцінити наявність різних психічних розладів. У неструктурованій бесіді психолог вільно спілкується з клієнтом, який може розповісти про все, що вважає важливими. Такий підхід дає змогу отримати більш детальну та реалістичну картину психічного стану клієнта.

Однак клінічна бесіда має деякі недоліки. По-перше, психолог може бути під впливом особистих уявлень, переконань і стереотипів, що може призвести до неточності дослідження. По-друге, клієнт не завжди може говорити щиро, що також може вплинути на загальні результати дослідження психічного стану здобувачів вищої освіти в Україні під час бойових дій.

Разом із клінічною бесідою український кейс діагностування стану ментального здоров'я здобувачів вищої освіти під час війни в Україні довів ефективність такого методу дослідження, як клінічне інтерв'ю. Для діагностування психічних розладів воно є одним із найефективніших інструментів, підтверджених клінічним досвідом. Цей метод забезпечує можливість детального аналізу симптоматики, яка супроводжує психічні розлади, а також дає змогу з'ясувати причини і чинники, які можуть бути пов'язані з психологічним здоров'ям клієнта [1].

Основні принципи проведення інтерв'ю полягають у створенні сприятливої атмосфери для клієнта, встановленні довіри та дотриманні етичних норм і правил. Важливою частиною інтерв'ю є збір анамнезу, що включає детальний опис симптомів, їх тривалість, інтенсивність і взаємозв'язок із різними життєвими ситуаціями.

Психолог може використовувати різні типи інтерв'ю для діагностування психічних розладів, зокрема:

1) неструктуроване інтерв'ю, яке забезпечує можливість глибокої розмови з клієнтом і дає змогу зібрати докладну інформацію про його психічний стан, а також виявити його особистість та особливості;

2) напівструктуроване інтерв'ю, яке використовується для діагностування конкретного психічного розладу, дає змогу зібрати більш об'єктивну інформацію та встановити діагноз;

3) структуроване інтерв'ю, яке базується на запитаннях, що мають фіксований формат і послідовність, що дає змогу якнайточніше визначити психічний стан клієнта і встановити діагноз.

Інтерв'ю для діагностування психічних розладів може проводитися як індивідуально, так і у груповій формі. У груповій формі інтерв'ю

кількість учасників обмежується зазвичай 6–8 особами, що дає змогу психологу зібрати велику кількість інформації про симптоматику розладу та його взаємозв'язок із життєвим досвідом.

Важливим складником роботи в парадигмі цієї методики є розроблення плану і проведення пробного інтерв'ю для попереднього оцінювання його ефективності та встановлення співпраці з клієнтом. Це дає змогу психологу якнайточніше підібрати техніки та підходи для подальшого діагностування і терапії. Окрім того, інтерв'ю може поєднуватися з використанням інших методів діагностики, таких як тестування та спостереження, що дає змогу якнайточніше визначити психічний стан клієнта та встановити діагноз.

Важливо під час інтерв'ю ураховувати культурні та соціальні особливості клієнта, адже вони можуть впливати на його сприйняття роботи з психологом та психологічне тестування. Наприклад, психолог повинен бути обізнаний із релігійними, етнічними й іншими особливостями клієнта, що можуть впливати на його сприйняття діагностування та лікування [2].

Інтерв'ю для діагностування психічних розладів може забезпечити не лише точне визначення психологічної проблеми, а й допомогти клієнтові зрозуміти та прийняти власний стан та ефективні методи терапії. Важливим складником інтерв'ю є розроблення індивідуального підходу до кожного клієнта з урахуванням його потреб та особливостей. Окрім того, інтерв'ю може бути використане не лише для діагностування психічних розладів, а й для встановлення причин виникнення життєвих проблем та способів їх вирішення.

Однак для успішного проведення клінічного інтерв'ю потрібно мати певний досвід та знання саме для роботи в умовах війни серед здобувачів вищої освіти, оскільки запитання, які ставляться клієнтові, мають бути правильно сформульовані та спрямовані на виявлення симптомів психічних розладів. Окрім того, клінічне інтерв'ю може вимагати значних зусиль із боку психолога або психіатра.

Окрім клінічного інтерв'ю, існують інші методи для діагностування психічних розладів, наприклад структуровані інтерв'ю, які містять певну послідовність запитань, які дають змогу виявити симптоми різних психічних розладів. Такі інтерв'ю можуть бути менш стандартизованими, що робить їх більш доступними й ефективними для використання у клінічній практиці.

Найпоширенішими структурованими інтерв'ю для діагностування психічних розладів в Україні є Міжнародна клінічна опитувальна програма (Structured Clinical Interview for DSM-5; SCID-5), Інтерв'ю для діагностування

розладів настрою (Mood Disorder Interview; MDI) та Інтерв'ю для діагностування шизофренії та споріднених розладів (Structured Clinical Interview for Schizophrenia Spectrum Disorders; SCID-SSD). SCID-5 є стандартизованою методикою для діагностування психічних розладів згідно з Діагностичним і статистичним посібником із психічних розладів (5-е видання) (DSM-5). Усі перелічені методики адаптовані для проведення в режимі онлайн за допомогою телекомунікаційних засобів. Інтерв'ю складається зі стандартизованих запитань, які допомагають виявити наявність симптомів різних психічних розладів. За допомогою SCID-5 можна виявити такі психічні розлади, як депресія, тривожність, шизофренія, афективні розлади та ін. [3].

Слід також згадати ще одну ефективну методику, яка використовується спеціалістами у діагностуванні посттравматичного стресового розладу у здобувачів вищої освіти під час війни. PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C) є одним із інструментів діагностики посттравматичного стресового розладу. Цей інструмент може бути корисним для психологів, які працюють зі здобувачами вищої освіти, які були жертвами військового конфлікту або інших типів травматичного досвіду.

ПТСР є тяжким психічним розладом, який розвивається внаслідок досвіду травматичної події, такої як військовий конфлікт, злочин, аварія, насильство або природні катастрофи. Симптоми ПТСР можуть включати нічні кошмари, гостру тривогу, нав'язливі спогади та ізолюваність від соціального життя. Ці симптоми можуть впливати на роботу, стосунки та здоров'я загалом.

PCL-C є опитувальником, який дає змогу оцінити наявність симптомів ПТСР. Цей інструмент містить 17 запитань, які відображають тривожні симптоми, наприклад: «Чи маєте ви нічні кошмари?», «Чи відчуваєте ви тривогу після чогось, що нагадує вам подію, що спричинила травму?» та ін. Оцінювання відбувається за п'ятибальною шкалою, де 1 – це відсутність симптомів, а 5 – найбільша кількість симптомів. Загальна оцінка PCL-C варіюється від 17 до 85 балів, де вищі бали свідчать про більш серйозний ступінь ПТСР.

Для використання PCL-C у роботі зі здобувачами вищої освіти психолог повинен мати необхідні знання і навички. Передусім він має знати, що PCL-C є інструментом для оцінювання тяжкості посттравматичного стресового розладу. Для проведення процедури необхідно мати стандартизований опитувальник і спеціальні методики оцінювання результатів. Психолог повинен бути ознайомлений із принципами заповнення опитувальника і правилами визначення й інтерпретації результатів [4].

Під час роботи зі здобувачами вищої освіти, які можуть мати симптоми посттравматичного стресового розладу, психолог повинен урахувати особливості цієї групи людей. Вони можуть бути більш чутливими до тем, пов'язаних із травмою, оскільки можуть бути свідками війни. Тому психолог має бути дуже обережним у питаннях, пов'язаних з історією життя та досвідом здобувача вищої освіти.

Фахівець повинен дотримуватися етичних стандартів. Важливо забезпечити конфіденційність, добровільність і згоду на участь у процедурі діагностування, а також пояснити, що тестування не є обов'язковим і не впливає на їхній статус студента. Психолог має бути готовий відповісти на всі запитання здобувачів вищої освіти та надати додаткову підтримку в разі потреби.

У роботі зі здобувачами вищої освіти слід звертати особливу увагу на рівень тривожності клієнтів. У цьому допоможе State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Це психологічний тест, який використовується для вимірювання стану та рівня тривожності людини. У роботі зі здобувачами вищої освіти STAI може бути корисним інструментом для діагностування та моніторингу тривожності під час навчання та інших життєвих подій.

STAI розроблений у 1968 р. Чарльзом Спілбергером та складається з двох шкал: шкали стану тривожності та шкали трейту тривожності. Шкала стану тривожності відображає тимчасовий стан, який виникає у відповідь на конкретну подію, ситуацію або дистрес. Шкала трейту тривожності відображає загальний рівень тривожності людини, який може бути відносно стійким протягом тривалого періоду.

STAI складається із 40 запитань, які мають чотирибальну шкалу – від «повної безтурботності» до «дуже високого рівня тривожності». Шкала складається з двох частин: А і Б. Частина А складається із 20 запитань, які вимірюють стан тривожності, а частина Б містить 20 запитань, які вимірюють трейт тривожності. Для застосування STAI у роботі зі здобувачами вищої освіти може бути корисно зібрати базові дані про рівень тривожності учасників перед початком навчання та періодично моніторити цей рівень протягом курсу. Це може допомогти вчасно виявити можливі проблеми та вжити заходів для їх вирішення. STAI відображає рівень тривоги саме в конкретний період. Цей тест відображає складник особистості людини, який характеризує її як більш чи менш тривожну в різних ситуаціях і в різні періоди життя.

STAI використовується у психологічній діагностиці та дослідженнях, а також у клінічній практиці для вимірювання рівня тривожності у клієнтів із тривожними розладами. Через високий рівень стресу й емоційної напруги, яку

відчувають здобувачі вищої освіти, STAI може бути корисним інструментом під час роботи із цією категорією пацієнтів [5].

Дослідження підтверджують, що STAI має високу надійність та валідність. Особливо він корисний для визначення рівня тривоги в середовищах із високим рівнем стресу, таких як війна або конфлікти. Щодо до клінічної практики, то психолог може провести інтерв'ю та застосувати методи проектування, щоб визначити рівень тривоги.

Отже, використання PTSD CheckList-Civilian Version (PCL-C) та State-Trait Anxiety Inventory (STAI) може бути ефективним для діагностування й оцінювання рівня посттравматичного стресового розладу та тривожності у здобувачів вищої освіти. Ці інструменти дають змогу отримати достовірну й об'єктивну інформацію про психічний стан людини, що допоможе психологу ефективніше працювати з пацієнтом і визначити належні методи лікування та підтримки. Важливо використовувати їх з урахуванням особливостей вищої освіти та контексту воєнного конфлікту, умов дистанційного навчання, що дасть змогу якнайточніше виявити ризикові групи та спрямувати зусилля на надання підтримки тим, хто цього потребує.

Висновки з проведеного дослідження.

У статті висвітлено різні діагностичні інструменти, які можна використовувати для виявлення психічних розладів у здобувачів вищої освіти, які постраждали від військових конфліктів або інших подібних травматичних подій. Основний акцент було зроблено на методиках, які неодноразово демонстрували клінічну ефективність, верифікованість і надійність отриманих у процесі дослідження даних. Головним критерієм вибору ефективних інструментів була їх адаптованість до проведення в режимі онлайн із використанням

телекомунікаційних засобів, таких як месенджери, соціальні мережі, телефонний зв'язок тощо. Отже, діагностика та лікування розладів, пов'язаних із воєнним конфліктом, є важливим завданням для психологів, які працюють зі здобувачами вищої освіти. Використання належних інструментів для діагностування й оцінювання стану клієнтів, таких як PTSD CheckList-Civilian Version та State-Trait Anxiety Inventory, клінічна бесіда та клінічне інтерв'ю, дає змогу отримати повну картину психологічного стану здобувачів вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ali, S. The effective ness of immersive technologies for future professional education. *FuturityEducation*. 2022. Vol. 2. № 2. P. 13–21. URL: <https://doi.org/10.57125/FED/2022.10.11.25> (date of access: 23.02.2023).
2. Features of the influence of motor psychophysical activities status of higher education acquisitions / N. Moskalenko et al. *Sports bulletin of the dneiper*. 2022. № 2. P. 045–056. URL: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2022-2-045> (date of access: 23.02.2023).
3. Namestiuk, S. On the issue of teaching psychological and pedagogical discipline sat universities using immersive technologies. *FuturityEducation*. 2022. Vol. 2. № 2. P. 33–42. URL: <https://doi.org/10.57125/FED/2022.10.11.27> (date of access: 23.02.2023).
4. Курова А. Технологічний підхід в дослідженні психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. № 2. С. 46–50.
5. Лазорко О., Шевцова Т. Дослідження психоемоційних станів підлітків із різним рівнем резильєнтності під час війни. *Psychological Prospects Journal*. 2022. № 40. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-laz> (дата звернення: 23.02.2023).