Міністерство охорони здоров'я України
Міністерство освіти і науки України
Департамент охорони здоров'я Чернівецької обласної військової адміністрації
Департамент освіти і науки Чернівецької обласної військової адміністрації
Рада директорів закладів фахової передвищої освіти Чернівецької області
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
Студентське наукове товариство
Студентська рада

«ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ»

Матеріали IV Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції з міжнародною участю

м. Чернівці
17 квітня 2024 року

MEDKOL.CV
CHERNIVTSI

УДК: 377.014:355.01(08)
В 43

ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ**:** матеріали IV Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції з міжнародною участю Чернівецького медичного фахового коледжу, 17.04. 2024 / за заг. ред. Ольги СТРИЖАКОВСЬКОЇ, Фрозіни КУЗИК, Тетяни БОЙЧУК, Людмили УКРАЇНЕЦЬ, Людмили АВДІКОВСЬКОЇ. – Чернівці, 2024. – 248 с.

У збірнику репрезентовано результати студентських наукових досліджень, у якихвисвітлено сучасні напрями розвитку освітнього процесу в Україні, розвиток молодіжного лідерства, комунікація здобувачів освіти у соціальних мережах (переваги та ризики), популяризація ментального здоров'я та вивчення історії закладу освіти в історичній ретроспективі.

Для здобувачів вищої та фахової передвищої освіти, викладачів.

Матеріали надруковано в авторській редакції

УДК: 377.014:355.01(08)
В 43

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ
IV Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції з міжнародною участю
«ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ»

(Лист ДНУ «ІМЗО» від 04.01.2024 № 21/08-7 "Про Перелік міжнародних, всеукраїнських науково-практичних конференцій здобувачів вищої освіти і молодих учених у 2024 році") дод. С. 111, №92)

ЛЕПЕХА Ірина Олексіївна – завідувачка кабінету соціально-гуманітарної та виховної роботи ДУ «Науково-методичний центр вищої та фахової передвищої освіти»

СВЕСТУН Наталія Володимирівна – директорка Департаменту охорони здоров'я Чернівецької обласної військової адміністрації

САКРІЄР Оксана Леонидівна – директорка Департаменту освіти і науки Чернівецької обласної військової адміністрації

ГАПЕЙ Алла Василівна – голова Ради директорів закладів фахової передвищої освіти Чернівецької області

КУЗИК Фрозіна Василівна – кандидат медичних наук, директорка Чернівецького медичного фахового коледжу

БОЙЧУК Тетяна Іванівна – кандидат медичних наук, заступник директора з навчальної роботи Чернівецького медичного фахового коледжу

СТРИЖАКОВСЬКА Ольга Степанівна – кандидат філологічних наук, заступник директора з навчально-виховної роботи Чернівецького медичного фахового коледжу

УКРАЇНЕЦЬ Людмила Петрівна – кандидат психологічних наук, практичний психолог Чернівецького медичного фахового коледжу

АВДІКОВСЬКА Людмила Манолііївна – методист Чернівецького медичного фахового коледжу

РОБОЧИЙ ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ
IV Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції з міжнародною участю

«ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ»

ДЕНЕЖКО Альона – здобувач вищої освіти БДМУ, експерт НАЗЯВО
АНТОНЮК Анастасія – здобувач фахової передвищої освіти ІІІ курсу ОПП «Сестринська справа», голова Студентської ради, модератор
ГАЛКІНА Анастасія – здобувач фахової передвищої освіти ІІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», голова Студентського наукового товариства, модератор
ІФТОДА Анастасія – здобувач фахової передвищої освіти ІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», модератор
БУРЛАКА Яна – здобувач фахової передвищої освіти ІІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», модератор
ГРИНЮК Марія – здобувач фахової передвищої освіти ІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», модератор
ЗВАРИЧ Олександра – здобувач вищої освіти БДМУ
КУРИК Анастасія – здобувач фахової передвищої освіти ІІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», фото-, відеозйомка
ТЕХНІЧНА ПІДТРИМКА
ШАРАБУРЯК Оксана +38 050 664 64 19
ПЛАТАШ Сергій +38 099187 18 13
АНТИМІЙЧУК Людмила +38 095 333 05 42

МОДЕРАТОРИ СЕКЦІЙ

СЕКЦІЯ 1. Розвиток молодіжного лідерства: як молодь може впливати на майбутнє в умовах війни та конфлікту
АНТОНЮК Анастасія – здобувач освіти ІІІ курсу ОПП «Сестринська справа», голова Студентської ради, модератор
Покликання: **https://meet.google.com/yox-hgiy-vpe**

СЕКЦІЯ 2. Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя
ІФТОДА Анастасія – здобувач світи ІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», модератор
Покликання: **meet.google.com/mgv-kvzw-cry**

СЕКЦІЯ 3. Трансформація освіти: як сучасні умови впливають на методи та підходи до навчання
БУРЛАКА Яна – здобувач освіти ІІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», модератор
Покликання**: https://meet.google.com/dvd-xvmc-rgv**

СЕКЦІЯ 4. Використання соціальних мереж у сучасній комунікації: переваги та ризики
ГРИНЮК Марія – здобувач ІІ курсу ОПП «Лікувальна справа», модератор
Покликання**: http://meet.google.com/nie-wrxf-bgg**

СЕКЦІЯ 5. Заклад освіти в історичній ретроспективі
ГАЛКІНА Анастасія – здобувач ІІІ курсу ОПП «Сестринська справа», голова СНТ, модератор
Покликання **meet.google.com/ihh-gvrh-mfh**

ПЛЕНАРНЕ ЗАСІДАННЯ

Доступ учасників на пленарне засідання на платформі Google-Meet за покликанням: **https://meet.google.com/ekt-crzd-vvg**

10.00 – 10.30 – **пленарне засідання**

СПІКЕРИ:

1. КУЗИК Фрозіна Василівна – директорка Чернівецького медичного фахового коледжу, кандидат медичних наук

2. ЛЕПЕХА Ірина Олексіївна – завідувачка кабінету соціально-гуманітарної та виховної роботи ДУ «Науково-методичний центр вищої та фахової передвищої освіти»

3. СВЕСТУН Наталія Володимирівна – директорка Департаменту охорони здоров'я Чернівецької обласної військової адміністрації

4. САКРІЄР Оксана Леонидівна – директорка Департаменту освіти і науки Чернівецької обласної військової адміністрації

5. ГАПЕЙ Алла Василівна – голова Ради директорів закладів фахової передвищої освіти Чернівецької області

6. ПРОЙДАКОВ Артур – виконавчий директор **Освітньої Фундації MriyDiy,** переможець національної премії Global Teacher Prize Ukraine 2021, учитель української літератури Всеукраїнської школи онлайн

7. BABENKO-MOULD Yolanda (Йоланда Бабенко-Молд) – доцент і заступник директора з навчальної програми в Артур Лабат Сімейній Школі медсестринства в університеті Вестерн, Онтаріо, Канада

8. ВЕБСТЕР Фіона – доцент в Артур Лабат Сімейній Школі медсестринства в університеті Вестерн, Онтаріо, Канада

9. КОЛІСНИК Олеся – студент науковець, кандидат наук, Артур Лабат Сімейної Школи медсестринства в університеті Вестерн, Онтаріо, Канада (Centennial College Медсестринська освіта BScN, MN, PhD (c)

10. КАПАЦИ Андрій – голова студентської ради Буковини при Департаменті освіти і науки ЧОВА, головний спеціаліст відділу координації діяльності закладів фахової передвищої, вищої освіти і науки Департаменту освіти і науки ЧОВА

ЗМІСТ

	І. РОЗВИТОК МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА: ЯК МОЛОДЬ МОЖЕ ВПЛИВАТИ НА МАЙБУТНЄ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА КОНФЛІКТУ	**13-48**
1.	***ФЕДОРОСА Тіна, ФИЩУК Людмила.*** Волонтерський рух як стратегія розвитку молодіжного лідерства	**13**
2.	***ЄФТЕМІЙ Кароліна, УСТИЯНСЬКА Оксана.*** Розвиток молодіжного лідерства: як молодь може впливати на майбутнє в умовах війни та конфлікту	**16**
3.	***БАКАЙ Ангеліна, ЛАДЯГІНА Валентина***. Студентство і мовне питання в освітньому просторі	**18**
4.	***АНТОНЮК Анастасія, СТРИЖАКОВСЬКА Ольга.*** Стратегії розвитку лідерських якостей студентської молоді	**22**
5.	***КАПШТИК Лілія, ДУДЧЕНКО Антоніна.*** Розвиток лідерства у сучасному освітньому середовищі органами студентського самоврядування	**25**
6.	***ДЕЛІЦОЙ Олена, СЕМЕНЮК Микола.*** Розвиток лідерських якостей студента фахового коледжу	**28**
7.	***САВЧУК Вікторія, МІГАЛЬЧАН Ірина.*** Формування лідерських якостей крізь призму діяльності студентського наукового товариства Чернівецького медичного фахового коледжу	**31**
8.	***ЛОПАЧУК Кароліна, РУСНАК Наталія.*** Розвиток молоді у трансформації конфлікту	**33**
9.	***ЛОГВИН Христина, БЕРЕЗОВСЬКА Ніна.*** Молодіжне лідерство в умовах війни і його вплив на майбутнє	**36**
10.	***ЧОРНОБАЙ Альбіна, САЧУК Неоніла.*** Розвиток молодіжного лідерства: як молодь може впливати на майбутнє в умовах війни та конфлікту	**38**
11.	***ОЛІЙНИК Крістіна, БОЙЧУК Тетяна.*** Студентська молодь під час війни: подолання викликів та внесок у перемогу	**40**
12.	***ГРИМАЛЮК Серафим, САВОСЮК Альона.*** Моделі лідерства у закладах освіти	**42**
13.	***ІГНАТЕНКО Орина, КУЗИК Василь.*** Діяльність студентського самоврядування у Вижницькому фаховому коледжі мистецтв та дизайну імені Василя Шкрібляка в умовах війни	**45**
14.	***ЛЕВЧЕНКО Богдана, ПРОКОПЕНКО Вікторія.*** Основні напрями реалізації молодіжного лідерства в умовах війни	**46**

	ІІ. МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	**49-109**
15.	***ФИДРЯ Діана, ЧЕТВЕРТАК Тетяна.*** Збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу в коледжі	**49**
16.	***ПЕТРАЩУК Софія, ТРУФЕН Людмила.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**52**
17.	***ГАМАЛЬ Марія-Єлизавета, ГЕРМАН Леся.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу	**54**
18.	***АНДРУКОВИЧ Анастасія, ЗАХАРІЯ Віталій.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**56**
19.	***БЛАЖКО Христина, БАРВІНОК Мар'яна.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**58**
20.	***ЧЕВКА Юліана, ШТЕФАНЧУК Андрій.*** Збереження емоційного балансу: важливість ментального здоров'я	**61**
21.	***ІФТОДА Анастасія, МОРОЗ Ірина.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**64**
22.	***ТРІСКА Анна, ПИСЬМЕННА ЛАРИСА.*** Вплив війни в Україні на ментальне здоров'я здобувачів освіти та методи нормалізації	**65**
23.	***ТКАЧУК Ольга, БОЖКО Ірина.*** Деякі питання адаптації до навчання в умовах воєнного стану здобувачів освіти Чернівецького медичного фахового коледжу крізь призму соціологічного аналізу	**68**
24.	***КУШНІР Ангеліна, АНДРІЄШ Тетяна.*** Ментальне здоров'я та його вплив на якість освітнього процесу	**72**
25.	***МИРОНЮК Микола, НАКОНЕЧНА Світлана.*** Ментальне здоров'я здобувачів освіти в сучасних реаліях	**74**
26.	***ВАСИЛИК Вікторія, СТОЯН Олександра.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**76**
27.	***КЛЕСТОВА Катерина, ГЛУХЕНЬКА Людмила.*** Вплив ментального здоров'я на спосіб життя людини	**78**
28.	***ПЕТРУК Анна, САЧУК Неоніла.*** Ментальне здоров'я: пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**81**
29.	***КУЛІЧЕНКО Богдан, БИКОВА Тетяна.*** Роль арт-терапії в психологічній допомозі здобувачам освіти	**83**
30.	***STRYZHAKOVSKA Liliana.*** How mental health matter	**86**
31.	***КАБАН Марія, АНДРІЄШ Тетяна.*** Емоційне вигорання здобувачів освіти та його вплив на якість навчання	**88**

32.	***РОКАЧУК Анастасія, ВАСЮК Юлія.*** Дослідження впливу війни на стан ментального здоров'я у здобувачів освіти Чернівецького медичного фахового коледжу	**90**
33.	***БАТУРА Даря, ГОРОХОВА Вікторія.*** Ментальне здоров'я – пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя	**93**
34.	***МАРЧУК Софія, УКРАЇНЕЦЬ Людмила.*** Ментальне здоров'я – пріоритет розвитку особистості	**96**
35.	***НАЗАРЕНКО Олександра, БОБУХ Валерія.*** Здоровий спосіб життя як важливий аспект у підтримці міцного психічного здоров'я	**98**
36.	***АНТОНЬ Ангеліна, НИРКОВА Юлія.*** Збереження ментального здоров'я здобувачів освіти у період воєнного стану	**100**
37.	***ГУМЕНЮК Юліанна, САВЧУК Галина.*** Основи ментального здоров'я в аспекті формування особистості при навчанні у медичному закладі вищої освіти в умовах війни	**103**
38.	***ДЕНИСОВА Софія, БЕРЕЗОВСЬКА Ніна.*** Mental health as a priority for students of our time	**105**
39.	***ЗВАРИЧ Олександра, ГРИНКЕВИЧ Людмила.*** Послуги з ментального здоров'я стають ще доступнішими	**107**
	ІІІ. ТРАНСФОРМАЦІЯ ОСВІТИ: ЯК СУЧАСНІ УМОВИ ВПЛИВАЮТЬ НА МЕТОДИ ТА ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ	**110-180**
40.	***ПОПОВИЧ Наталія, ГВОЗДЕЦЬКА Галина.*** Особливості формування комунікативної компетентності майбутніх медичних сестер на сучасному етапі	**110**
41.	***КОВАЛЬЧУК Наталія, РУСНАК Галина.*** Впровадження майстер – класу при викладанні клінічних дисциплін	**113**
42.	***БУРЛАКА Яна, ЛЕСИК Тетяна.*** Реалізація навчання студентів Чернівецького медичного фахового коледжу під час воєнного стану	**114**
43.	***РОМАНОВА Дар'я.*** Інтенсифікація практичної підготовки здобувачів освіти на заняттях з педіатрії: комплексний підхід	**116**
44.	***ГОРЯІНОВ Сергій.*** Інноваційні підходи до практичної підготовки з хірургії студентів-медиків	**119**
45.	***ЧУБАР Крістіна, ТРІСКА Світлана.*** Вплив сучасних умов на методи та підходи до навчання здобувачів освіти	**121**
46.	***ДОМІТРАЩУК Максим, САЩУК Наталія.*** Майстер-клас як співпраця студентів коледжу та учасників освітнього процесу загальноосвітніх закладів	**123**

47.	***ДЕБА Тетяна, НОВИЦЬКА Ірина, БЕДИК Ніна.*** Медсестринство як ключовий компонент менеджменту охорони здоров'я в умовах воєнних реалій	**126**
48.	***САПОЖНІКОВА Олександра, БОЙЧУК Тетяна.*** Методи викладання та навчання в медсестринстві, які використовуються в Чернівецькому медичному фаховому коледжі	**134**
49.	***БАЛАН Вікторія, ЛЮБЄЗНОВА Валерія, ДОБИНДА Ірина.*** Проєктні технології як складова компонента процесу опрацювання навчального матеріалу на практичних заняттях у Чернівецькому медичному фаховому коледжі	**136**
50.	***ДУДІР Надія, ЧОРНА Надія.*** Цифрова трансформація в освіті: вплив технологій на навчання та методи викладання	**138**
51.	***ОКАТЕНКО Микита.*** **Ольга СТРИЖАКОВСЬКА.** Вплив технологій на сучасне навчання	**140**
52.	***ГАЛИЧАНСЬКА Софія, АВДІКОВСЬКА Людмила.*** Використання інтернет-ресурсів в освітньому процесі	**143**
53.	***КАНТЕМИР Анастасія, ДРИГИБКО Жанна.*** Актуальність вивчення інфектології та епідеміології здобувачами фахової медичної передвищої освіти на сучасному етапі	**146**
54.	***БУГАЙ Мар'яна, ХОМУТОВСЬКА Ірина.*** Вплив сучасних умов на методи та підходи до навчання в аграрному секторі	**149**
55.	***БІЛОКРИНИЦЬКА Лілія, БОЙЧУК Тетяна.*** Вплив сучасних технологій на сприйняття української літератури	**151**
56.	***ФИЛИПЧУК Вікторія, БІДНА Іліанна*** Роль та переваги впровадження штучного інтелекту в медичній освіті	**154**
57.	***ТОДОРЮК Олег, ПОПОВИЧ Ганна.*** Особливості та принципи підготовки майбутнього середнього медичного персоналу у Чернівецькому медичному фаховому коледжі в умовах війни	**156**
58.	***БОБЕРСЬКА Наталія, ТОФАН Галина.*** Цифровізація освітнього процесу в умовах воєнного стану	**158**
59.	***КАРДАШ Любов, ВИШНЬОВСЬКИЙ Іван.*** Роль трансформації у зміні підходів до медсестринської освіти	**162**
60.	***МАЛЕК Марія, ДУБІЦЬКА Валентина.*** Засоби забезпечення безперервного навчання студентів Чернівецького медичного фахового коледжу в умовах військового стану	**163**
61.	***КЕЛЬБІНА Олена, АМЕЛІН Павло.*** Підготовка студентів-медиків у сучасних умовах	**166**

62.	***БОБРОВА Анна, ЛИСЕНКО Алла.*** Дистанційне навчання в умовах викликів сьогодення	**168**
63.	***ДЕНЕЖКО Альона, ГРИНКЕВИЧ Людмила.*** Підготовка медичних фахівців в умовах воєнного стану	**170**
64.	***КУРИК Мар'яна, КУРИК Ігор.*** Сучасне дистанційне навчання як запорука формування особистісних і професійних якостей	**172**
65.	***БАБІЙ Катерина, СТРИЖАКОВСЬКА Ліліана.*** Нові методи навчання для підготовки медичних сестер до роботи в умовах війни	**174**
66.	***МОТІНА Ангеліна, СУКАЧ Вікторія, ВЕЛИКА Лариса, ІВЧЕНКО Тетяна.*** Сучасний погляд на проблему переривання незапланованої вагітності	**176**
	IV. ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ: ПЕРЕВАГИ ТА РИЗИКИ	**181-221**
67.	***КОРОТЧЕНЯ Юлія, ОМЕЛЬЧЕНКО Олена.*** Сучасні соціальні мережі: історія, вплив та розвиток	**181**
68.	***ГАТЕЖ Ярослава, СТЕФАНЮК Євгенія, ПІЦ Лариса.*** Соціальні мережі – важлива складова інформаційного освітнього середовища	**183**
69.	***ГРИНЮК Марія, БІДНА Іліанна.*** Використання соціальних мереж у сучасній комунікації: переваги та ризики	**186**
70.	***КОЧЕРГАН Катерина, СКОРЕЙКО Олександр.*** Використання соціальних мереж у сучасній комунікації: переваги та ризики	**188**
71.	***АХТЕМІЙЧУК Олександра, ЛЮТИК Тетяна.*** Використання соціальних мереж у сучасній комунікації: переваги та ризики	**190**
72.	***ПОСНА Яна, ДУДЧЕНКО Антоніна.*** Соцмережі як рушій прогресу в реаліях воєнного стану	**192**
73.	***БІБІК Катерина, ДУДЧЕНКО Антоніна.*** Медіаграмотність та медіакомпетентність сучасного студента	**196**
74.	***КОЗЛОВСЬКА Крістіна, САВОСЮК Альона.*** Вплив соціальних мереж на розвиток особистості	**198**
75.	***КІЦУЛ Марія, АПРІУТЕС Світлана.*** Соціальні мережі як ефективне середовище викладацько-студентської комунікації в освітньому процесі	**201**
76.	***ГРЕК Анастасія, КОРПАН Вероніка.*** Використання соціальних мереж у сучасній комунікації	**203**
77.	***НІКІТІНА Олександра, ГОРОХОВ Олександр.*** Соціальні мережі у сучасній комунікації	**207**
78.	***ЛИСА Оксана.*** Використання соціальних мереж у сучасній комунікації: переваги та ризики	**208**

79.	***ГЛОПІНА Мілена-Єлена, УКРАЇНЕЦЬ Людмила.*** Самоідентифікації через використання соціальних мереж: вплив на формування особистості та самосвідомості	**210**
80.	***ЧОРНОБАЙ Максим, ГУСАК Ірина.*** Соціальні мережі як найпоширеніший засіб комунікації молоді	**213**
81.	***ШАХРАЙ Анастасія, ПОПОВИЧ Ганна.*** Вплив соціальних мереж на освітні процеси: нові форми навчання та співпраці в мережі	**217**
82.	***БАБІЙ Юлія.*** Вплив соціальних мереж на сучасну молодь. Позитивні та негативні наслідки	**219**
	V. ЗАКЛАД ОСВІТИ В ІСТОРИЧНІЙ РЕТРОСПЕКТИВІ	**222-247**
83.	***САВКА Тарас.*** Чернівецький фаховий коледж бізнесу та харчових технологій: 60 років діяльності на освітянській ниві	**222**
84.	***ГАЛКІНА Анастасія, ЗАХАРІЯ Віталій.*** Чернівецький медичний фаховий коледж під час світових війн	**224**
85.	***НОВОТНА Ірина, ГРИВУЛ Аркадій.*** Історія успіху Вашковецького медичного фахового коледжу	**226**
86.	***IVASYUK Anastasia, LUPU Alla.*** The novoselysia medical applied college: history, formation and development	**228**
87.	***КУРИК Анастасія, ГУЧКО Оксана.*** Місця розташування навчальних корпусів закладу освіти (із сторінок історії ЧМФК)	**235**
88.	***ГУСАК Лада, ГУСАК Богдана.*** Життя коледжу крізь призму минулого й сьогодення	**237**
89.	***МОТОК Олександр, МІГАЛЬЧАН Ірина.*** Деякі питання функціонування бібліотеки – паперової пам'яті Чернівецького медичного фахового коледжу	**240**
90.	***БОНДАРЕНКО Олеся, ШВЕЦЬ Неля.*** Історичний контекст Чернівецького медичного фахового коледжу	**243**
91.	***КУЛІШ Євгенія, КОБИЛЯЦЬКА Юлія.*** Історичний простір крізь віки	**244**

I. РОЗВИТОК МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА: ЯК МОЛОДЬ МОЖЕ ВПЛИВАТИ НА МАЙБУТНЄ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА КОНФЛІКТУ

ВОЛОНТЕРСЬКИЙ РУХ ЯК СТРАТЕГІЯ РОЗВИТКУ МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА

Тіна ФЕДОРОСА,
здобувач освіти
fedorosat@gmail.com
Людмила ФИЩУК, викладач
lkerdeliuk724@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Волонтерський рух в сучасному світі займає важливе місце як ефективна стратегія розвитку молодіжного лідерства. Стрімка трансформація суспільства й технологічні зміни викликають необхідність у зміцненні ролі молоді у формуванні громадянського суспільства. Волонтерство, за своєю природою, є унікальним явищем, що перетинає кордони та не обмежується рівнем матеріального достатку його учасників. Воно не лише розвиває навички та компетенції, але й сприяє підвищенню самооцінки, емпатії та соціальної відповідальності у молодого покоління. Проте зазвичай розвиток волонтерської діяльності припадає на період загострення кризових ситуацій у суспільстві [1]. Особливого поширення волонтерський рух отримав в період російсько-української війни. У цьому контексті важливо дослідити, як волонтерська діяльність може стати каталізатором для розвитку молодіжного лідерства, сприяючи формуванню активної громадянської позиції в умовах російсько-української війни.

Спершу варто зазначити, що офіційне визнання волонтерства в Україні відбулося за постановою Кабінету Міністрів України №1895 від 10 грудня 2003 року, яка затвердила Положення про волонтерську діяльність у сфері надання соціальних послуг. А вже 19 квітня 2011 року, ВР України прийняла

Закон «Про волонтерську діяльність», який визначає волонтерську діяльність як «добровільну, безкорисливу, соціально спрямовану, неприбуткову діяльність, що здійснюється волонтерами та волонтерськими організаціями шляхом надання волонтерської допомоги» [2].

В таблиці 1 автором систематизовані причини, які обумовлюють волонтерський рух як стратегію для розвитку молодіжного лідерства.

Таблиця 1

Причини, які обумовлюють волонтерський рух як стратегію для розвитку молодіжного лідерства

№	Причина	Характеристика
1	Набуття навичок та досвіду	Участь у волонтерських програмах надає молоді можливість набувати різноманітні навички, такі як комунікація, співпраця, керівництво й організація подій, що є важливим для розвитку лідерського потенціалу
2	Відчуття власної ефективності	Успішне виконання волонтерських завдань дає змогу молоді відчувати свою власну ефективність і вплив на оточуючий світ, що зміцнює їхню віру в себе як лідера
3	Соціальні зв’язки та підтримка	Участь у волонтерських проєктах дозволяє молоді будувати нові соціальні зв’язки та мережі підтримки, що можуть стати базою для майбутніх лідерських ініціатив
4	Розвиток критичного мислення та аналітичних навичок	Волонтерство спонукає молодь аналізувати проблеми та шукати творчі рішення, що сприяє розвитку критичного мислення та аналітичних навичок
5	Емпатія та соціальна відповідальність	Участь у волонтерських ініціативах сприяє розвитку емпатії та почуття соціальної відповідальності, що виступає ключем до лідерства у волонтерському русі
6	Менторство та	Волонтерські організації часто надають можливості

	підтримка від досвідчених лідерів	для менторства та підтримки від досвідчених лідерів, що допомагає молодим людям розвивати свої лідерські якості та здібності

Джерело: власна розробка авторів

Отже, волонтерський рух – це не лише діяльність молоді, спрямована на надання допомоги іншим, а й потужний інструмент для формування молодіжного лідерства через розвиток навичок, підтримку та побудову соціальних зав'язків.

Молодь, виступаючи у ролі волонтерів, має можливість не тільки активно допомагати потерпілим, але й набувати цінного досвіду управління проєктами, комунікації та організації, що сприяє зростанню їхнього лідерського потенціалу. Такий волонтерський рух стає стратегічним інструментом розвитку молодіжного лідерства в Україні, слугуючи формуванню активних та відповідальних громадян, здатних ефективно впливати на події у своїй країні в умовах кризи.

Список літератури

1. Горінов П., Драпушко Р. Волонтерська діяльність в Україні: соціально-правове дослідження: монографія. Київ: Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2022. 240 с.

2. Про волонтерську діяльність : Закон України № 3236-VI від 01.01.2024. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3236-17#Text (дата звернення: 21.03.2024)

РОЗВИТОК МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА: ЯК МОЛОДЬ МОЖЕ ВПЛИВАТИ НА МАЙБУТНЄ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА КОНФЛІКТУ

Кароліна ЄФТЕМІЙ,
здобувач освіти
linaeftemij03@gmail.com
Оксана УСТИЯНСЬКА, викладач
oksanaustiyansk27@gmail.com
Новоселицький медичний фаховий коледж
м. Новоселиця, Чернівецька обл., Україна

Унаслідок повномасштабного вторгнення росії в Україну багатьом людям довелося обмежити повсякденну діяльність: покинути свої домівки, змінити звичне життя. Проте, більшість українців в цих умовах згуртувались і почали активно волонтерити. За незначний проміжок часу волонтерство в нашій країні перетворилось на найпотужніший національний громадянський рух.

Таке саме завдання постало і перед Новоселицьким медичним фаховим коледжем, адже діяльність коледжу пов'язана з вихованням всебічно розвинених особистостей. Оскільки допомога особам, які її потребували, завжди була невід'ємною частиною навчання та виховання студентської молоді, в закладі освіти був створений і вже більше 40 років діє загін «Милосердя». Він активно співпрацює з місцевою владою, ветеранськими організаціями, товариством Червоного хреста України та соціальними працівниками Новоселицької ТГ.

Протягом років існування волонтери загону надають посильну допомогу одиноким людям похилого віку, а саме: відвідують їх на дому, виконують найпростіші медичні маніпуляції, допомагають на присадибних ділянках, здійснюють необхідні покупки, збирають та роздають продуктові набори до Різдвяних та Великодніх свят. Також волонтери коледжу проводять благодійні акції, святкові концерти, благодійні обіди. Протягом навчального року сума такої допомоги досягла понад 40 тис. грн.

Не обходять увагою волонтери дітей сиріт - вихованців дитячого будинку с. Мольниця, постійно відвідують їх та проводять різноманітні активності (малювання, розпис писанок, складання великодніх кошиків).

Під час війни заклади освіти Чернівецької області стали прихистком для десятка тисяч переселенців, які залишились без рідної домівки. Саме в цей час і наш гуртожиток став новим місцем для проживання вимушених переселенців, де створені гідні побутові умови, приємна домашня атмосфера. Студенти та викладачі коледжу, не покидаючи навчання, працювали на пунктах збору гуманітарної допомоги, плели маскувальні сітки, відправляли гуманітарні вантажі для ЗСУ, виготовляли окопні свічки, постійно збирали гроші на всі запити нашої армії.

За час війни наш колектив став активним донором громади, на базі коледжу були облаштовані пункти здачі крові. Студенти і співробітники коледжу здали понад 100 літрів крові. За потреби часу викладачі коледжу стали інструкторами Товариства Червоного Хреста України по навчанню населення навичкам надання першої домедичної допомоги. Важливе місце в роботі волонтерського загону займає роз'яснювальна робота серед населення Новоселиччини по промоції здорового способу життя, проблемі щеплення та профілактики захворювань. Студенти коледжу організували лекторій по пропаганді здорового способу життя, з ґрунтовно підготовленими презентаціями, відеоматеріалами, вони виступають в закладах освіти місті та області.

Участь студентської молоді у добрих справах розвиває загальнолюдські цінності: милосердя, співчуття, доброзичливість. Саме тому студентський волонтерський рух відіграє дуже важливу роль у підготовці майбутніх медичних фахівців, допомагає виховати професійного та впевненого спеціаліста.

СТУДЕНТСТВО І МОВНЕ ПИТАННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ

Ангеліна БАКАЙ,
здобувач освіти
angelinabakaj1@gmail.com
Валентина ЛАДЯГІНА, викладач
vladiagina@gmail.com
Обласний коледж "Кременчуцька
гуманітарно-технологічна
академія імені А. С. Макаренка"
Полтавської обласної ради,
м. Кременчук, Україна

Мова розвивається разом з розвитком суспільства. Сьогодні в українських реаліях мова-це запорука єдності, незламності, код нації, інтелектуальний портрет народу, основа державотворення. Наразі українське суспільство розглядає мову як зброю, як один із засобів перемоги над ворогом. Як зазначає Павло Гриценко: «Мовна проблема в Україні не зникла ані після Революції гідності, ані навіть після початку повномасштабної російської агресії, коли все ж таки відбувся відчутний зсув в усвідомленні того, що мова – це зброя» [6]. Останні десятиліття навколо питання української мови точились гострі суперечки, ухвалювали різні закони. Зараз ми маємо законодавчо закріплені функції і прописане функційне поле використання української мови як державної. Правовою основою мовної політики нашої держави є стаття 10 Конституції України [4] у якій зазначено, що українська мова є державною, і вона обов'язкова на всій території України в усіх сферах в офіційному мовленні(у приватному можуть бути інші мови), і це доволі демократично. Відповідно до частини першої статті 21 Закону України «Про забезпечення функціонування української мови як державної» [2] мовою освітнього процесу в закладах освіти є державна мова. Згідно зі 9 статтею мовного Закону [2] володіти державною мовою та застосовувати її під час виконання службових обов'язків зобов'язані,

зокрема, керівники закладів освіти всіх форм власності, педагогічні, науково-педагогічні та наукові працівники.

08.07.2020 року Уряд призначив Уповноваженого із захисту державної мови(відповідно до ст.244 закону України «Про забезпечення функціонування української мови як державної») [2] Тараса Кременя, який і наразі виконує обов'язки уповноваженого, має сторінки у соціальних мережах, на державному сайті gov.ua розміщений «Блокпост державної мови» [5]. Задля утвердження державної мови в закладах освіти Тарас Кремінь надіслав листа до МО України, у якому рекомендує створювати у кожному виші України відповідні українськомовні простори. Прикладами створення таких українськомовних просторів є Києво-Могилянська академія, Черкаський державний технологічний університет, Харківський національний університет імені Каразіна, Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, Миколаївський національний аграрний університет, Херсонський державний університет.

Задля популяризації державної мови, дотримання Законів України щодо державної мови в Обласному коледжі «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія імені А.С.Макаренка» Полтавської обласної ради наказом директорки призначено уповноважену з питань державної мови. З метою допомоги уповноваженій у питаннях популяризації державної мови створено студентський гурт популяризаторів державної мови «Рутенія», який вже на цей момент налічує два випуски власного часопису «Рутенія» [7].

На початку кожного навчального року проводяться моніторинги щодо застосування державної мови як в офіційному, так і в приватному мовленні з новоприбулими студентами, надається допомога учням та студентам з числа ВПО, для батьків студентів, охочих поглибити свої знання з української мови, проводяться «Мовні інтенсиви» щодо роз'яснення змін у новій

редакції «Українського правопису 2019».

У 2023-2024 навчальному році в коледжі і в його структурному підрозділі ліцеї «Політ» запроваджено проведення мовних п’ятихвилинок на кожному занятті. Мета таких п'ятихвилинок – культивувати нормативну літературну мову, дотримуватися уставлених літературних норм і тим самим пропагувати зразкову літературну мову як ознаку високого культурного спілкування. Члени гурту «Рутенія» уклали «Довідник з культури мовлення» [1] для викладачів різних навчальних дисциплін – помічник при проведенні мовних п’ятихвилинок, а для його популяризації підготували буктрейлер.

Написання Радіодиктанту єдності стало звичною традицією в нашому закладі. Рутенівці – головні організатори написання Радіодиктанту в коледжі та проведення заходів до Дня української писемності та мови. Студенти гурту перевіряли диктанти та визначали кращого грамотія серед учнів ліцею та студентів коледжу. Заради удосконалення культури мовлення випускаємо відеоролики «Як ми говоримо», де рутенівці спілкуються з учнями, студентами, викладачами з питань культури мовлення.

Уже вчетверте відбувається Відкритий онлайн-марафон з української мови. Члени гурту популяризаторів у цьому році показали чудовий результат та продемонстрували свої знання з державної мови: два других місця, два третіх, шість сертифікатів учасника. Своїм прикладом вони запрошують всіх студентів коледжу брати участь у подібних мовних змаганнях! Крім участі в марафоні, рутенівці беруть участь в олімпіадах, мовно-літературних конкурсах, де посідають призові місця, пишуть тези наукових статей мовної тематики, беруть участь у флешмобах. До того ж не забувають про одне з основних своїх завдань – перевіряють дотримання закону «Про забезпечення функціонування української мови як державної» [2] в різних локаціях закладу(кабінети, фойє, їдальня…), працюють над поширенням української мови на всій території коледжу, як на заняттях, так і на перервах. Відповідно до Закону України «Про засудження та заборону пропаганди

російської імперської політики в Україні і деколонізацію топонімії»№ 3097-IX від 03.05.2023} [3] проведена значна робота щодо усунення недоліків у кабінетах освітнього закладу. Було складено звернення до директора коледжу щодо усунення недоліків, яке було розглянуто на педраді, недоліки були усунені.

Голова гурту популяризаторів української мови як державної виступає на місцевих молодіжних форумах, ділиться досвідом роботи щодо популяризації та дотримання мовних законів в освітніх закладах міста, дає мовні поради щодо переходу на українську.

Українське студентство має активно стежити за дотриманням Законів України щодо мовних питань, розбудовувати мовну інфраструктуру, приєднуватись до команди мовних амбасадорів, створювати цікаві інноваційні рішення, розвивати, популяризувати українську мову як державну, сучасну, перспективну, створювати українськомовні простори на території своїх академмістечок.

ЛІТЕРАТУРА

1. Довідник з культури мовлення: навчальний довідник для здобувачів освіти Обласного коледжу «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія імені А.С. Макаренка» Полтавської обласної ради. Кременчук: Обласного коледжу «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія імені А.С. Макаренка» Полтавської обласної ради, 2023 – 65с.

2. Закон України від 25.04.2019 № 2704-VIII «Про забезпечення функціонування української мови як державної» (із змінами). URL: **https://tax.gov.ua/diyalnist-/zakonodavstvo-pro-diyalnis/zakoni-ukraini/76996.html** (дата звернення: 04.04.2024)

3. Закон України «Про засудження та заборону пропаганди російської імперської політики в Україні і деколонізацію топонімії». URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3005-20#Text (дата звернення: 04.04.2024)

4. Конституція України. С: ТОВ «ВВП Нотіс», 2016 – 48с.

5. Кремінь Т.Д. Блокпост державної мови. Важливе за тиждень (9-15 липня). URL: https://mova-ombudsman.gov.ua/news/blokpost-derzhavnoi-movy-vazhlyve-za-tyzhden-9-14-lypnia (дата звернення: 03.04.2024)

6. Професор Павло Гриценко: У тих, хто працює проти української мови, змінилася тактика. URL: https://glavcom.ua/interviews/profesor-pavlo-hritsenko-u-tikh-khto-pratsjuje-proti-ukrajinskoji-movi-zminilasja-taktika-966106.html?fbclid=IwAR0tRRD2-zXLLE8T6cdNDVgbNxtLVLKHjJd98WiQgju-mpTQp86rxpxPvLc_aem_AXEOb7oUxvOwKlj51Rv6pR0EcDaS-QnztPxmBpFkf7kpB6jXEfLA67aIexbbSpzAc9aSyflO-wfbC1Xgp7oJORBi (дата звернення: 04.04.2024)

7. Рутенія. Газета студентського гурту популяризаторів української мови як державної (№1, №2). URL: https://kpk.edu.ua/%D0%93%D0%B0%D0%B7%D0%B5%D1%82%D0%B0-%D0%A0%D1%83%D1%82%D0%B5%D0%BD%D1%96%D1%8F/

СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Анастасія АНТОНЮК,
здобувач освіти
anastasiaantonykk@gmail.com
Ольга СТРИЖАКОВСЬКА, к.філол.н.
olgastr4@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м.Чернівці, Україна

У роботі висвітлено стратегії розвитку лідерських якостей у студентів та їх важливість для особистісного та професійного зростання. На підставі аналізу наукових розвідок з проблеми дослідження уточнено сутність поняття «лідер», «лідерські якості», визначено критерії та схарактеризовано рівні сформованості

лідерських якостей студентів. Обґрунтовано доцільність віднесення формування лідерських якостей студентів до пріоритетних завдань освітньої діяльності студентської групи.

Тема лідерства була і залишається актуальною. У складний для України час спостерігаємо, як увесь наш народ згуртувався, став, як ніколи, єдиним. Це відбувається завдяки впливу на суспільство лідерів – громадських діячів, у тому числі політиків, військових, волонтерів та інших публічних осіб.

Прагнення до лідерства властиве людській природі. Кожен мріє стати лідером, але кожному відомо, що стати ним не так просто. Ключем до успіху лідера є саморозвиток.

Сучасний лідер – це особистість, яка мислить глобальними категоріями; легко сприймає зміни нового та створює загальне бачення майбутнього, сприяє розвитку здібностей молоді. В залежності від обставин та ситуацій, лідер діє гнучко.

Організаційна культура і лідерство – це два взаємозалежні поняття. Лідер у студентській групі – це молода людина, яка займає активну суспільну та громадську позицію і здатна об’єднати біля себе однодумців, виражати їх інтереси, потреби, ініціює їх реалізацію та захист.

Однією з найбільш значущих характеристик студентської молоді є необхідна складова лідера – лідерський потенціал. Вагомим серед завдань системи освіти є виявлення потенційних лідерів та організація наступного цілеспрямованого їх професійного та особистісного розвитку.

Кожний член групи може розвивати закладений у ньому лідерський потенціал і ефективність його лідерства залежатиме від тих молодих людей, яких лідер веде за собою. Лідер не лише спрямовує діяльність інших, він є прикладом самодисципліни.

Підготовка студентів-медиків до ефективної професійної діяльності неможлива без сформованих лідерських позицій фахівців. Лідери сьогодення повинні вміти креативно мислити, швидко реагувати на проблемні ситуації,

мотивувати підлеглих, підвищувати рівень свого емоційного інтелекту. Тому, формування лідерських якостей у майбутніх медиків є одним із найбільш важливих завдань в освітньому процесі закладу фахової передвищої освіти.

Випускники-медики мають володіти не тільки професійними знаннями, але й мати певні лідерські якості, завдяки яким вони успішно будуть реалізовувати свій багаж знань, уміння та навички у практичній діяльності та об'єднувати навколо себе людей для досягнення поставленої мети, створювати сприятливі умови для подальшого розвитку. У сучасних умовах майбутньому фахівцеві, щоб успішно інтегруватися в соціальне середовище, бути лідером у житті, вдало працювати, потрібні особистісні лідерські якості. Відвідування (чи проведення) тренінгів, спілкування з умотивованими та зарядженими на розвиток та зміни освітян/медиків утвердили в думці, що залучення студентів до активного руху має сприяти активізації їх дій щодо саморозвитку.

У Чернівецькому медичному фаховому коледжі активно працює студентське самоврядування, студентську молодь підтримують і залучають до процесів формування та реалізації освітньої політики коледжу: студенти беруть активну участь у формуванні освітніх програм, виборі освітніх компонент. Є делегатами від студентства до робочих, консультативно-дорадчих органів управління коледжем. Активно працює студентське наукове товариство, що сприяє популяризації науки серед обдарованої молоді. Студенти-лідери організовують різноманітні заходи, благодійні акції і проєкти, вони хочуть бути потрібними, беруть участь в обговоренні майбутньої молодіжної політики та налагоджують дружні зв'язки з іншими закладами освіти.

Однак, більш за все стартові можливості у виявленні лідерських якостей надає студентська група, яку поєднує: спільна мета, спільна навчально-професійна діяльність, зв'язки ділового та особистого характеру, висока поінформованість один про одного, про успіхи, про особисте життя, високий рівень самоврядування. Активна участь кожного студента в житті групи – це найкраща школа надбання належного досвіду жити й працювати в будь-якому

колективі. Лідер у студентській групі навчає приймати рішення, уникати невигідних ситуацій чи, навпаки, створювати вигідну сукупність обставин: працювати в команді, бути зацікавленим у досягненні групової мети, бути впевненим у власних силах, володіти організаторськими здібностями, бути енергійним, ініціативним, активним, доброзичливим та емоційно стійким.

Таким чином, лідерство займає важливу роль у формуванні майбутнього фахівця-медика, тому що формування лідерських якостей важливо не тільки для управління людьми, а й для створення позитивного соціально-психологічного клімату. Лідерські якості потрібно розвивати.

Отже, вагомим серед завдань закладів освіти є виявлення та розвиток лідерського потенціалу серед студентської молоді.

РОЗВИТОК ЛІДЕРСТВА У СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ОРГАНАМИ СТУДЕНТСЬКОГОСАМОВРЯДУВАННЯ

Лілія КАПШТИК,
здобувач освіти
lilyakaphstyk@gmail.com
Антоніна ДУДЧЕНКО, викладач
a.s.dudchenko@ukr.net
Сумський фаховий коледж
економіки і торгівлі
м. Суми, Україна

У сучасних умовах випускники освітніх закладів повинні мати не лише професійні знання, уміння і навички, але і певні лідерські якості, що дозволить їм успішно реалізувати свій творчий потенціал у практичній діяльності.

Лідерство в освітньому середовищі означає не лише керувати, а й мотивувати, надихати друзів для досягнення кращих результатів у навчанні. Одним з ключових аспектів розвитку лідерства є постійне самовдосконалення та навчання. Лідери повинні бути готовими до викликів,

які постануть перед ними, і шукати нові підходи та інновації для покращення якості справ. Також вони повинні розвивати в собі уміння знаходити спільну мову з кожною особистістю. Що потрібно для того щоб бути лідером?: здатність вести за собою студентів на абсолютно добровільних засадах; володіння харизмою і природною силою впливу; наявність довіри до лідера з боку групи та сильного авторитету; вміння визнавати помилки і бажання брати відповідальність за поразки на себе, шукати в цьому особисті прорахунки. Молодіжному лідеру слід не тільки мати вміння комунікувати з людьми, а й розвивати своє мислення, логіку, вміння розв'язувати складні задачі та показувати гідний приклад своїм однодумцям. Молодіжне лідерство набуває все більшого розвитку з кожним днем. Воно дає можливість познайомитися з новими людьми, які мають спільні цілі з тобою, можна відкрити свої найсильніші сторони та показати їх іншим. Лідерство – це здатність окремої особистості спонукати інших діяти, «запалювати», надихати їх на певну активність і діяльність.

Щодо розвитку лідерства у сучасному освітньому середовищі, звернемо увагу на такі аспекти:

1. Емоційний інтелект: Лідери в освітньому середовищі повинні мати високий рівень емоційного інтелекту, щоб ефективно спілкуватися між собою. Вони повинні бути емпатичними, розуміти почуття і потреби інших людей та вміти керувати емоціями в ситуаціях конфлікту.

2. Стратегічне мислення: Лідери повинні мати здатність бачити далекоглядно і розробляти стратегії для досягнення поставлених цілей. Вони повинні бути готовими до змін і вміти адаптуватися до нових умов.

3. Комунікаційні навички: Лідерство в освітньому середовищі передбачає ефективну комунікацію з усіма учасниками освітнього процесу. Це може бути як вербальна, так і письмова комунікація.

4. Менторство та розвиток: Лідери повинні бути готовими надавати підтримку та керувати розвитком своїх партнерів. Це може включати

проведення тренінгів, надання фідбеку, мотивацію та побудову плану розвитку для кожного.

5. Інновації та зміни: Лідерство в освітньому середовищі передбачає готовність до інновацій та змін. Ми повинні бути відкритими до нових ідей, методик та технологій, які можуть покращити якість навчання.

Розвиток лідерства у сучасному освітньому середовищі є постійним процесом, який вимагає постійного самовдосконалення та навчання. Виявлення студентів, які мають лідерські якості, починається з перших днів навчання на рівні академічної групи, здійснюється педагогом-куратором. З початку лідер має виконувати свої невеликі обов'язки та сприяти гарній атмосфері та приємному спілкуванню в групі. Слід познайомитися, розповісти про себе. Перше враження— найважливіше, дасть змогу зрозуміти, з ким вони мають справу.

Звернемося до теми «Розвиток молодіжного лідерства: як молодь може впливати на майбутнє в умовах війни та конфлікту?» на практиці. Система розвитку лідерських якостей студентів у Сумському фаховому коледжі економіки і торгівлі, де я навчаюся, − «на висоті». З перших днів навчання студенти мають змогу брати участь у створенні проєктів, розробляти сценарії виховних заходів, організовувати конкурси та заохочуючи своїх друзів до участі. Також до студентів завжди прислухається адміністрація та викладачі, вони завжди готові допомогти у проведенні цікавих квестів, «круглих столів» та різних наукових конференцій. Я є членом студради коледжу, отримую велике моральне задоволення від спілкування зі студентами та впевненості у своїх справах.

Отже, лідерство у сучасному світі відіграє велику роль. Навички лідера кожному із нас завжди допоможуть у майбутньому. Не важливо, це викладач, директор фірми чи звичайний менеджер. Кожна людина має поважати один одного та знаходити спільну мову. Нас у світі багато, і кожний по-своєму унікальний. Тому закликаємо всіх не соромитися свого «я» та

розвивати свої лідерські якості.

Література

1. Гармаш С.А. Лідерські якості особистості керівника як запорука успіху / С.А. Гармаш, О.Е. Гашутіна // Управління інноваційними проєктами та об’єктами інтелектуальної власності. - 2009. - С. 37-44.

2. Максвелл Дж. К. 5 рівнів лідерства: пер. з англ. Т. Куріпко / Х.: Вид-во «Ранок»: «Фабула», 2019. – 304 с

3. Про Національну молодіжну стратегію до 2030 року : Указ Президента України від 12.03.21 року. № 94/2021. База даних «Законодавство України». URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/94/2021#Text (17.02.2023).

РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТА ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ

Олена ДЕЛІЦОЙ,
здобувач освіти
Микола СЕМЕНЮК, викладач
mukolai4uk2018@gmail.com
Чернівецький фаховий коледж
технологій та дизайну
м. Чернівці, Україна

На сучасному етапі функціонування та розвитку освітньої системи спостерігається необхідність збереження випереджувального характеру та сприяння впровадженню активних тенденцій у розвитку лідерських якостей студентської молоді. Відповідно питання молодіжного лідерства в процесі модернізації системи, що спрямована на розвиток ініціативної, компетентної та конкурентоспроможної особистості студента, набуває важливого значення.

Студентське середовище є найбільш сприятливим для прояву лідерських якостей не тільки в студентів, що володіють ними з раннього дитинства, але й у тих, хто раніше не проявляв цієї активності. У боротьбі за

лідерство студентська група надає всім рівні стартові можливості. Студент, який ефективно поєднує навчання та громадську діяльність, має більше шансів стати його неформальним лідером чи людиною, яка може впливати на психологічну атмосферу. Набутий у студентські роки досвід стане в пригоді майбутньому спеціалісту в процесі виконання професійних завдань або виконання функцій управління різними громадськими чи державними організаціями [3].

На нашу думку, під поняттям «лідерські якості» слід розуміти сукупність стійких властивостей, рис, характеристик особистості, що обумовлюють її проактивну позицію та поведінку в організації й спрямуванні членів колективу для досягнення спільних цілей. Вони виявляються в здатності активізуватися у важливій для колективу ситуації чи діяльності; здійснювати значний вплив на формування спільних інтересів та поведінку членів колективу; ініціювати ефективні підходи для досягнення актуальних цілей, згуртовувати членів колективу для їх реалізації; планувати, організовувати, контролювати діяльність кожного, приймати рішення для досягнення поставлених цілей та брати відповідальність за отримані результати; завойовувати авторитет серед членів колективу, бути прикладом для них.

Відтак, можемо стверджувати, що проблема формування лідера в юнацькому віці є актуальною проблемою сучасності. Лідерські якості визначаються вченими як «особистісні фактори, які проявляються як у контексті фахової роботи, так і поза її межами»; «внутрішні риси чи здібності, що дають змогу лідеру діяти ефективно, сприяючи при цьому розвитку організації». Українська дослідниця С. Калашнікова називає лідерські якості особистості першоумовою прояву лідерства [1].

На думку багатьох інших дослідників, формування лідерських якостей студентів фахового коледжу в освітньому процесі є можливим завдяки цілеспрямованій взаємодії педагогів і студентської молоді, що забезпечує

усвідомлення студентами сутнісних характеристик лідерства та вимог до особистості самого лідера, актуалізацію потреби розвитку зазначених якостей, мотивацію прояву лідерської позиції в міжособистісних відносинах та набуття досвіду лідерської поведінки в організації колективної діяльності, спрямованої на досягнення взаємних цілей [2].

Загалом можна дійти до таких висновків:

- єдиного переліку якостей, якими має володіти студент-лідер, не існує;

- визначити універсальний набір таких лідерських якостей на всі випадки життя навряд чи можливо;

- формування лідерських якостей не може зводитися до виховання окремих якостей, що вченими визначаються як такі, що характеризують лідера.

Таким чином, тільки гармонійне поєднання різних лідерських якостей як властивостей, рис, характеристик особистості, які обумовлюють стійку лідерську позицію й поведінку в колективі та демонструють готовність їх реалізувати відповідно до вимог конкретної ситуації, може дозволити студенту-лідеру вести за собою послідовників, планувати діяльність, надихати інших, візуалізувати майбутнє та генерувати ідеї.

Література:

1. Кошіль О., Спіріна Т. Особливості формування лідерських якостей у студентів в умовах фахового коледжу. URL: https://lib.iitta.gov.ua/738859/1/Koshil_article.pdf (дата звернення: 26.03.2024).

2. Краснощок І. Формування лідерських якостей студентів як завдання виховної діяльності куратора студентської групи. URL: https://www.researchgate.net/profile/InnaKrasnosok2/publication/352280577_Formuvanna_liderskih_akostej_studentiv_ak_zavdanna_vihovnoi_dialnosti_kuratora_studentskoi_grupi/links/60c1861e299bf1949f448358/formuvanna-liderskih-akostej-studentiv-ak-zavdanna-vihovnoi-dialnosti-kuratora-studentskoi-grupi.pdf (дата звернення: 23.03.2024).

3. Савицька Т.В., Іотова І.Н., Маджар Н.М. Особливості формування особистості лідера в студентському колективі. URL: http://repository.pdmu.edu.ua/bitstream/123456789/13658/1/Savicka_Osoblivosti_formuvannya.pdf (дата звернення: 23.03.2024).

ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИЙ ЯКОСТЕЙ КРІЗЬ ПРИЗМУ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТСЬКОГО НАУКОВОГО ТОВАРИСТВА ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ

Вікторія САВЧУК,
здобувач освіти
vika.savchuk.2007@gmail.com
Ірина МІГАЛЬЧАН, к.іст.н.
bozhkomigalchan77@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Сучасна система освіти покликана сприяти розвитку лідерських якостей та об’єднання активних, наполегливих та цілеспрямованих учасників освітнього процесу у молодіжні лідерські групи. Лідер – особа, здатна власним прикладом організовувати інших до нових потужних звершень та докорінних змін у всіх сферах суспільного життя. Лідерські здібності проявляються в контексті інтелектуально-креативних, морально-вольових, емоційно-комунікативних та організаторських здібностей, які розкриваються крізь призму діяльності молодіжних об'єднань, одним з яких є студентське наукове товариство Чернівецького медичного фахового коледжу.

Студентське наукове товариство є одним з органів студентського самоврядування Чернівецького медичного фахового коледжу. Це динамічна та захоплююча спільнота молодих та активних, наполегливих та творчих, об'єднаних спільними ідеями інновацій, високого потенціалу, інтелектуального рівня та відкритих наукових горизонтів здобувачів освіти.

Товариство здійснює свою діяльність на принципах академічної

доброчесності, свободи наукової творчості, добровільності, відкритості, рівності права та інших загальноправових принципах, що не суперечать чинному законодавству.

Члени товариства організовують публічні лекції, наукові конференції, круглі столи, конкурси наукових робіт, видання студентських наукових збірників, а також відвідують наукові студії. Кожен член товариства має можливість проявити свої лідерські якості, взявши участь у підготовці та проведенню Днів здоров'я, імунізації, боротьби з цукровим діабетом тощо. Багато членів товариства є учасниками школи лідера. Лідерство однієї людини допомагає розблокувати потенціал інших, незалежно від того чи то буде окремий індивід чи то група індивідів. Лідер не вказує іншим, що робити, але надихає і дозволяє їм побачити те, на що вони здатні. Лідерство – це здатність особи обирати кращі якості іншого та впроваджувати у свій побут. Це психологічне ядро, яке поєднує в собі знання, цінності, навички та особливості поведінки. Лідерство допомагає в досягненні цілей. Лідер завжди бачить чітку картину кінцевої мети, тому він завжди знає, куди йти та в якому напрямку розвиватися.

Важливим чинником є мотивація членів команди (коли кожен і кожна розуміють, що вони діють разом), цілі команди (які є спільні й доступні всім у команді), лідер чи лідерка, який мотивовані й мотивують інших, а також сприятливе середовище навколо, — все це формує результат.

Головною метою товариства є розкриття лідерського, наукового та творчого потенціалу здобувачів освіти Чернівецького медичного фахового коледжу, розвиток у них наукового мислення, академічної доброчесності та навичок дослідницької роботи, популяризація різних галузей науки, формування готовності до використання інноваційного підходу у галузі наукових досліджень, організаційна допомога викладацькому складу в інтеграції наукової, навчальної та виробничої діяльності в системі сучасної освіти.

СНТ сформувало власну наукову традицію – проведення інтелектуальних ігор серед здобувачів освіти як внутрішньоколеджну, так і міжвузівського спрямування.

Студентське наукове товариство завжди відкрите для нових ідей. Щороку збільшується число допитливих та енергійних науковців, які постійно розвиваються та намагались пізнати таємниці життя та здоров'я людини глибше, шукаючи нові відкриття та підходи в науці та медицині.

Per aspera ad astra

РОЗВИТОК МОЛОДІ У ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТУ

Кароліна ЛОПАЧУК ,
здобувач освіти
karolinalopachuk@gmail.com
Наталія РУСНАК, викладач
nata.rusnak.86@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м.Чернівці, Україна

Конфлікт – це пріоритетне питання в політичному порядку денному в усіх країнах Європи – і як тема, і як реальність, яка є складною для суспільства. Хоча форма конфліктів може бути різною (міжетнічні, міжрелігійні, міжнародні чи будь-які інші), багато держав стикаються з невідкладними ситуаціями наростання напруги та не завжди достатньо підготовлені, щоб врегулювати їх або знайти рішення, прийнятні для всіх зацікавлених сторін. Останнім часом першочерговим способом реагування на конфлікти з боку урядів стали логіка безпеки та посилення роботи органів забезпечення правопорядку. Усе частіше спостерігаємо тенденцію «пояснювати» конфлікт через багатокультурність чи релігійні відмінності – відповідно, звинувачувати культуру й різноманітність у зростанні напруженості.

У контексті роботи з молоддю конфлікт є питанням, уникнути розгляду

якого неможливо, адже це і наскрізна тема, і окремий напрям діяльності. Європейські інституції усвідомлюють це; обидві організації розробили певну форму специфічних програм щодо молоді та конфліктів і активно долучаються до співпраці в цьому питанні. Молоді люди стикаються з різними типами конфліктів у повсякденні та під час переходу до дорослого життя; водночас багато хто з них живе в регіонах чи середовищах, що зазнали конфлікту чи оговтуються від нього. Крім того, форми й типи конфліктів, які можуть виникати, змінюються разом із динамічним розвитком суспільств у відповідь на глобалізацію. Багато молодих людей у Європі та в усьому світі намагаються дати собі раду в умовах зростання конкуренції у сфері освіти та на ринку праці, збільшення безробіття і браку перспектив. Життя в регіоні конфлікту лише посилює ці труднощі. Щоб бути здатною задовольнити потреби молоді, молодіжна робота має адаптуватися до мінливих реалій, питань і проблем, які визначають зміни способу життя й життєвих ситуацій молодих людей. Протягом тривалого періоду Україна як незалежна держава намагається побудувати економічно ефективне, соціально захищене, політично стабільне суспільство. Сьогодні в Україні зароджується демократичне суспільство, яке має базуватися на принципах свободи, творчості та гуманізму. Збереження і поліпшення здоров'я є одним з найважливіших пріоритетів, метою проведення соціально-економічних реформ. Саме стан здоров'я має стати головним критерієм доцільності й ефективності будь-якої діяльності, а благополуччя кожної молодої людини безпосередньо залежить від стану її здоров'я, рівень якого визначає її роль у розвитку суспільства.

Для багатьох молодих людей, які намагаються виконати власні проекти і мріють про реалізацію цікавих ідей, є досить актуальним і складним сформувати команду. Особливо в нинішніх умовах (постійні реформи і кризи, міграція, відсутність бажаної роботи, нестача фінансів, карантин,..), невеликих громадах, де молоді взагалі не так багато.

У всіх фокус-групах молоді люди, які постраждали від війни в Україні, говорили про бажання брати активну участь у реконструкції та відновленні своєї країни, щоб принести нові ідеї, інноваційне мислення та відповідальність за майбутнє України. Кілька учасників підкреслили, що молоді люди вже залучені, або у якості волонтерів у наданні гуманітарної допомоги, або допомагають на початковому етапі реконструкції. Однак, необхідним є запровадження державних процесів для сприяння участі молоді у реконструкції та відновленні.

Молодіжна робота практично завжди пов'язана з конфліктом – чи то тому, що її учасники мають справу з різними видами конфліктів, чи тому, що її здійснюють у конфліктних регіонах. Звісно, уже накопичено багатий досвід, на якому можна повчитися. Так, у молодіжній роботі немає місця для переговорів на високому рівні, домовленостей про припинення вогню або укладення мирних угод, та все-таки, вона робить внесок у трансформацію конфлікту – зокрема, через її освітній вплив. За належних умов, цей вплив можна примножити шляхом залучення ширших спільнот молоді та старшого покоління. Молодіжна робота довела, що відіграє важливу роль у попередженні негативних наслідків конфліктів для молоді, допомагаючи їм впоратися з конфліктами, з якими вони стикаються, у позитивний спосіб і вчитися на здобутому досвіді. Цей досвід також можна донести до молоді через засоби масової інформації, об'єднавши людей різних регіонів в одній національній ідеї.

Отже, можна зробити такий висновок, що роль молодіжної роботи стосовно конфлікту полягає в попередженні його негативних наслідків за допомогою заходів для молодих людей, завдяки їхнім зусиллям та у співпраці з ними. Надаючи можливості поставити під сумнів реальний стан речей, підтримуючи молодь у пошуку відповідей на її запитання, допомагаючи їй розвивати критичну грамотність, молодіжна робота робить внесок у позитивні соціальні зміни, а отже, і у трансформацію конфлікту.

Гасло **«Молодь – наше майбутнє»** має стати пріоритетним напрямом державної політики. Тому держава має не тільки створювати умови для вирішення проблем молоді, а й стимулювати участь молодих людей у відстоюванні власних прав, розбудові громадянського суспільства та участі в державотворчих процесах.

МОЛОДІЖНЕ ЛІДЕРСТВО В УМОВАХ ВІЙНИ І ЙОГО НА МАЙБУТНЄ

Христина ЛОГВИН,
здобувач освіти
logvinkristina308@gmail.com
Ніна БЕРЕЗОВСЬКА, викладач
ninabereza1984@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Молодіжне лідерство грає важливу роль у будь-яких умовах, навіть в періоди війни та конфлікту.

Жорстокі реалії навчили боротися за життя, за волю, за мрію, яку на сьогоднішній день забирає і знищує країна агресора. Війна - кровавe випробування не тільки для дорослих, а й для дітей.

В ці важкі часи, ми намагаємось продовжувати розвивати себе в різних сферах діяльності. В навчанні, соціальних мережах, спорті і завдяки ним розвивається молодіжне лідерство. З'являються багато тренінгів, семінарів, майстер-класів та інші форми навчання, які можуть допомогти молодим людям удосконалювати ці навички і саме вони збагачують практичний досвід у ролі лідера.

Саме молодь є майбутнім суспільства і має великий потенціал для руху вперед нашої країни.

Молоді люди вже впливають на майбутнє. До прикладу, можна взяти українських захисників, які борються за життя, а за статистикою, більшу

частину армії, складають діти від 18 - 25 років. Також діти, студенти, які навчаються заради розвитку та існування України.

Вони можуть впливати на майбутнє завдяки організації благодійних заходів, які спрямовані на популяризацію миру та толерантності. Завдяки цьому, можна змінювати стереотипи та побудувати мирне суспільство.

І все в руках підростаючого покоління. В свої юні роки, вони вже мають місію: «Відбудувати будинки, Батьківщину і своє життя, яке за одну ніч розділилось на до та після».

На мою думку, у воєнний час, лідерські навички розвиваються як ніколи. Навіть в ці важкі часи, зростає наполегливість, робота над собою, пошуки себе заради подальшого життя.

За 2 роки повномасштабного вторгнення, українські підлітки дуже змінились. Випробування війни головна причина цього. Лідерські навички, стали більш помітними і саме вони впливають на формування характеру, який в майбутньому спонукатиме Україну до більшого процвітання.

Висновок:

Розвиток молодіжного лідерства є важливим елементом у будь- якому суспільстві, особливо під час війни та конфліктів. Молоді люди мають потенціал впливати на майбутнє своєї країни, беручи активну участь у різних сферах життя суспільства. Важливо створити умови для розвитку лідерських навичок серед молодих людей, щоб вони могли здійснювати позитивні зміни у своїй державі. Молодь може впливати на майбутнє навіть під час війни та конфліктів, вирішуючи їх мирним шляхом, сприяючи діалогу та взаєморозумінню, пропагуючи засоби вирішення конфліктів, відстоюючи права людини та гуманітарні цінності.

Тому важливо стимулювати розвиток лідерських якостей молодих людей, надавати їм можливості для самовираження та залучати до громадського життя. Саме така активна участь допоможе побудувати мирні суспільства, які спроможні вирішувати конфлікти шляхом діалогу.

РОЗВИТОК МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА: ЯК МОЛОДЬ МОЖЕ ВПЛИВАТИ НА МАЙБУТНЄ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА КОНФЛІКТУ

Альбіна ЧОРНОБАЙ,
здобувач освіти
albinacernobaj69@gmail.com
Неоніла САЧУК, викладач
nilasacuk1@gmail.com
Ковельський фаховий медичний коледж
м. Ковель, Україна

Молодь завжди відігравала важливу роль в історії, особливо під час воєн. Вони є силою, яка формує майбутнє країни, а їхні дії та вчинки можуть вагомо вплинути на хід подій. Під час воєнних конфліктів роль молоді набуває ще більшого значення через їхню енергію, впертість та готовність боротися за свою країну та її майбутнє.

Війна - це лихо, що накладає свої темні тіні на життя кожного, хто потрапляє під її владу. Проте, вона несе в собі не лише спустошення, але й можливості для розвитку молодіжного лідерства. У такі важкі часи молодь виступає як каталізатор змін, вирішуючи важливі проблеми та сприяючи зміцненню суспільства. Передусім, розвиток лідерства відбувається через активну участь у воєнних діях. Молодь, що знаходиться на передовій, набуває непересічний досвід управління, співпраці та вирішення важливих завдань під тиском часу. Вони виявляють лідерські якості, координуючи дії військових одиниць, гуманітарних місій або допомагаючи цивільному населенню.

Опора усіх захисників – це надійний тил, який не може існувати без молодих та завзятих волонтерів. Вони виявляють неймовірну відвагу і, ризикуючи власним життям, надають допомогу пораненим, незалежно від їхньої національності чи статусу. Волонтери-психологи та соціальні працівники, впевнені в тому, що добро переможе, працюють над наданням підтримки тим, хто пережив травматичні воєнні події.

Підлітки, які не можуть долучитися до лав ЗСУ чи волонтерів, в змозі використовувати медіа, які є ключовим аспектом впливу на майбутнє. Завдяки соціальним мережам та іншим технологіям молодіжні лідери можуть залучати увагу до проблем конфлікту та поширювати мирні ідеї. Створення відеоблогів, аудіоподкастів та іншого контенту може допомогти змінити ставлення світового суспільства до війни та сприяти якнайшвидшому її закінченню.

Здобувачі освіти Ковельського фахового медичного коледжу допомагають нашим військовим від початку повномасштабного вторгнення. В грудні з ініціативи студентської ради весь колектив КФМК разом з студентами, майбутніми медиками, збирали і приносили лікарські трави, сухофрукти, горіхи, мед та виготовляли неймовірно смачні, корисні батончики та чаї. Всі ці смаколики надійшли Міжнародному Волонтерському Логістичному Центру «Марлог», який доправив їх нашим захисникам на фронт. В період Різдвяних свят студенти коледжу колядували та зібрали 10000 грн (десять тисяч). Ці кошти були передані настоятелю Благовіщенського Собору Православної Церкви України о. Василю, які долучили їх для придбання А7028 квадрокоптера DJI MAVIC 3T. Цей безпілотник передали 100 бригаді ТрО. Пріоритетне завдання для кожного з нас – наблизити перемогу над агресором. Саме активна громадська позиція, небайдужість та невтомна праця додає віри у те, що у нашого народу є майбутнє.

Узагальнюючи, розвиток лідерства серед молоді під час війни має вирішальне значення для досягнення перемоги. Від них залежить не лише воєнний успіх, а й доля тисяч життів та майбутнє країни. Уся ця молодь: військові, волонтери, студенти, активісти – це звичайні люди з великим серцем, які, об'єднавшись, здатні зробити неможливе.

СТУДЕНТСЬКА МОЛОДЬ ПІД ЧАС ВІЙНИ: ПОДОЛАННЯ ВИКЛИКІВ ТА ВНЕСОК У ПЕРЕМОГУ

Каріна ОЛІЙНИК,
здобувач освіти
ulyanaolynik@gmail.com
Тетяна БОЙЧУК, викладач
tetyana_boychuk@ukr.net
ВСП «Тернопільський фаховий коледж ТНТУ ім. І.Пулюя»
м.Тернопіль, Україна

У лютому 2022 року на території України розпочалася повномасштабна війна. Це призвело до масового руйнування і розшарування освітніх установ країни, включаючи школи, профтехнікуми, коледжі та університети. Широкомасштабні знищення спричинили вимушене виселення студентів з їхніх житлових місць. Незважаючи на ці виклики, студенти активно залучаються до навчального процесу як у віртуальному, так і в офлайн форматах. Вони виявляють ініціативу та роблять вагомий внесок у відстоювання національних інтересів, використовуючи наявні знання, навички та креативність.

Прикладом волонтерської діяльності є Відокремлений структурний підрозділ «Тернопільський фаховий коледж» Тернопільського національного технічного університету імені Івана Пулюя. Уже більше 2 років наш коледж організовує різні заходи для підтримки ЗСУ. Викладачі циклової комісії транспортних технологій разом зі студентами спеціальності 275 «Транспортні технології (на автомобільному транспорті)» провели благодійну акцію «Подаруй тепло солдату». Мета акції: відмовити собі в смачній теплій каві, а кошти зібрати для закупівлі зимових речей для наших захисників. 30 жовтня 2023 року завдяки спільним зусиллям керівника групи та студентів 1 курсу спеціальності 133 Галузеве машинобудування була організована благодійна ярмарка солодкої випічки. У рамках відзначення Міжнародного дня студента, студенти спеціальності «Менеджмент»

отримали визнання та подяку від Тернопільського об'єднання Всеукраїнського товариства «Просвіта» імені Тараса Шевченка. Ця почесна нагорода була вручена за їхній активний внесок у громадську діяльність, виражений у патріотизмі та волонтерстві, а також за особистий вагомий внесок у зборі коштів для потреб 105-ї окремої бригади. 4 грудня 2023 року було проведено благодійний ярмарок на підтримку ЗСУ, а зібрані кошти передали ГО «Країна рівності і правди». Учні відділення професійної підготовки після знайомства з громадською організацією «Країна рівності і правди» захотіли зробити свій внесок у допомогу військовим. Вони розмальовують гільзи та снаряди, а виручені кошти відправляють на допомогу бійцям. 3 квітня зібрали книжки для бібліотек, які знаходяться в укриттях. 4 квітня 2024 року студенти і викладачі зібрали кошти в сумі 44000 гривень. На ці гроші коледж закупив різноманітні матеріально-технічні засоби – усе, в чому є потреба у районі ведення бойових дій та безпосередньо на передовій. Окрім того, були й інші акції: футболки та шкарпетки для поранених у госпіталі.

Студентська рада ВСП «ТФК ТНТУ» з метою національно-патріотичного виховання молоді часто проводить заходи до дня вшанування загиблих під час війни. Наприклад, 29 серпня 2023 року ВСП «ТФК ТНТУ» долучився до Всеукраїнської акції пам'яті «Сонях», присвяченої вшануванню захисників, які загинули в боротьбі за незалежність, суверенітет і територіальну цілісність України. 16 січня відзначали Всеукраїнський день пам'яті «кіборгів», захисників Донецького аеропорту, які тримали оборону 242 дні. А 20 лютого студенти фахового коледжу за ініціативи вихователів взяли участь у загальноміському мітингу-реквіємі з нагоди 10-ї річниці вшанування пам'яті Героїв Небесної сотні.

Наші студенти є прикладом патріотичності і мужності. Зусилля молоді не є марними і спрямовані не тільки на покращення матеріально-технічного забезпечення наших захисників, а й на підтримку морального духу

захисників.

Використані джерела:

1. Оголошення та новини. URL: https://tk.te.ua/category/news/page/4/

МОДЕЛІ ЛІДЕРСТВА У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Серафим ГРИМАЛЮК,
здобувач освіти
serafimgrimaluk99@gmail.com
Альона САВОСЮК, викладач
savosyuk.alena@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Студентське лідерство є унікальним феноменом громадського життя. У контексті сучасної освітньої ситуації лідерство несе в собі велике змістове навантаження. Насамперед це бажана якість, володіння якою є необхідною складовою як для успішної освіти, так і для успішної кар'єри. Науковцями доведено, що ефективні лідери мають вищі показники за середньостатистичну особистість в таких якостях, як відповідальність, екстраверсія, домінування, активність, гнучкість, інтелект, новаторство та емоційна стабільність.

Існує чимало ефективних моделей формування лідерських якостей студентської молоді. Усі ці моделі можна об'єднати в наступні групи:

1) психологічні моделі, спрямовані на формування особистості лідера, його поведінки, засвоєння методів впливу на послідовників та основ організації групової роботи;

2) педагогічні моделі, які демонструють формування лідерських якостей, починаючи з дитинства і використовують арсенал педагогічних методів, форм і технологій;

3) комплексні моделі, що намагаються поєднати різні підходи.

Розвиток лідерства – це формування та поглиблення відповідних

якостей та навичок, процес розвитку особистості. Цей аспект проблеми розвитку якостей лідера в студентської молоді враховує можливості організації цілеспрямованого навчання та самонавчання студентів з метою розвитку в них м'яких навичок.

Формування моделей лідерства сьогодні перебуває під впливом концепцій, стилів та типологій управління соціальними системами. До найбільш розповсюджених моделей формування лідерських навичок студентської молоді у межах студентського самоврядування належать: студентський парламент, студентська демократична республіка, студентський профком тощо. В їх межах реалізується чимало ініціатив, проєктів, програм, наприклад, «Вибори», флешмоб, саміт лідерів, фестивалі, лекторії, тренінг-сесії, студентська газета, тематичний вебсайт та ін., що керуються безпосередньо лідерами з числа студентської молоді.

На рівні закладу освіти дієвими інструментами формування лідерських якостей є позааудиторна діяльність студентів: участь у художній самодіяльності та гуртках за інтересами, волонтерство, клубна робота, заходи за співучастю стейкхолдерів – лідерів галузі тощо. У сучасних коледжах та університетах діють волонтерські загони, об'єднання випускників, студентське телебачення, гуртки за інтересами, зокрема спортивні секції, наукові гуртки, художня самодіяльність, які забезпечують розгортання лідерського потенціалу студентської молоді.

За оцінками фахівців, громадські організації, створені на базі закладу освіти, відіграють провідну роль у формуванні лідерських якостей студентської молоді. Саме в межах громадсько активної та суспільно значущої діяльності в колективі студенти набувають і розширюють досвід організаторської роботи, лідерської взаємодії, роботи в різновікових командах, випробують різні лідерські ролі.

Лідерські якості студентів розвиває також самоврядування – спосіб організації студентського колективу його членами протягом короткого або

тривалого часу. Моделі студентського самоврядування можуть мати різні напрями й формати роботи та фокусуються на таких аспектах, як організація спортивних та культурних заходів, екскурсій, реалізація освітніх та наукових проєктів, захист прав та інтересів студентів, їх залучення до активного громадського життя та участь у вирішенні адміністративних та академічних проблем, підтримка соціально вразливих категорій.

Можемо зробити висновок, що студентське лідерство й розвиток лідерських якостей сьогодні розглядається в гуманістичній площині, де лідер – це передусім особистість, яка має розвинені процеси самоорганізації, а лідерство – це явище, притаманне груповій діяльності, тобто вияв стосунків, які виникають у процесі групової взаємодії.

Список літератури

1. Белякова Н.В. Проблема лідерства в студентській групі: дис. … канд. псих. наук. 2001.

2. Гулько О. Лідерство і лідерські якості здобувачів вищої освіти: аналіз понять і стану розвитку у процесі здійснення студентського самоврядування / М. Гулько // Актуальні питання природничо-математичної освіти : збірник наукових праць. – К. – 2019. – Вип. 2 (14). – С. 91–95.

3. Калашнікова С. Розвиток лідерського потенціалу сучасного університету / С. Калашнікова. –Київ. – 2016. – 41 с.

4. Кращенко Ю. Протиріччя розвитку студентського самоврядування / Ю. Кращенко // Вища школа. – 2011. – № 5–6. – С. 117–123.

5. Студентське самоврядування як невід’ємна складова демократизації вищої школи. – К. – 2005. – 55 с.

ДІЯЛЬНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОГО САМОВРЯДУВАННЯ У ВИЖНИЦЬКОМУ ФАХОВОМУ КОЛЕДЖІ МИСТЕЦТВ ТА ДИЗАЙНУ ІМЕНІ ВАСИЛЯ ШКРІБЛЯКА В УМОВАХ ВІЙНИ

Орина ІГНАТЕНКО,
здобувач освіти
3326434arina2006@gmail.com
Василь КУЗИК, викладач
vvkuzyk@gmail.com
Вижницький фаховий коледж мистецтв та дизайну
імені Василя Шкрібляка
м. Вижниця, Україна

У часи війни та конфліктів, навіть у Вижницькому коледжі, ми маємо потенціал впливати на майбутнє, особливо якщо ми об'єднуємося і діємо разом. Разом ми працюємо над досягненням одних і тих самих цілей. Наша молодь має світле уявлення про майбутнє і наполегливо працює заради нього.

Наша молодь активно використовує освітні та просвітницькі можливості, щоб поширювати інформацію про важливість миру, толерантності та мирного вирішення конфліктів. Вони можуть організовувати лекції, семінари, круглі столи та інші заходи, спрямовані на розуміння причин конфліктів та способів їх запобігання. Освіта є важливим фактором підвищення обізнаності серед молоді. Наші студенти постійно відвідують олімпіади та конкурси де у здоровій конкуренції вони поділяють свій досвід та знання.

Студенти Вижницького фахового коледжу мистецтв та дизайну імені Василя Шкрібляка беруть активну участь у соціальних проєктах та волонтерській діяльності, спрямованих на допомогу жертвам війни та конфліктів. Це і допомога біженцям, і волонтерство в гуманітарних організаціях, і збір коштів для благодійних фондів. Наприклад ми постійно залучені у зборах коштів на ЗСУ, у громадських організаціях та залучаємо до

цього як можна більше учнів нашого закладу.

Наша молодь постійно долучається до різних громадських організацій, які трансформують громади та борються за мир і права людини. Ми ініціювали проєкт для підтримки місцевих громад та беремо активну участь у студентських ініціативах. Нещодавно ми ділилися надбаннями культури нашого регіону з студентами з іншого міста і на цьому заході зібрали гроші що були перераховані на ЗСУ.

Ми використовуємо соціальні мережі та інші медіа для поширення інформації про необхідність мирного врегулювання конфліктів, підтримки та допомоги збройним силам, важливість міжнаціональної толерантності та порозуміння. Ми не тільки робимо публікації у соціальних мережах, а й проводимо важливі тренінги для студентів, такі як психологічні, оздоровчі, літературні й головне у наш час волонтерські.

ОСНОВНІ НАПРЯМИ РЕАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА В УМОВАХ ВІЙНИ

Богдана ЛЕВЧЕНКО,
здобувач освіти
bogdanalevcenko12@gmail.com
Вікторія ПРОКОПЕНКО, к.філос.н.
Vika.blondi@gmail.com
Фаховий медико-фармацевтичний коледж
Полтавського державного медичного університету
м. Полтава, Україна

У зв’язку із повномасштабним вторгненням росії в Україну перед суспільством постало питання збереження власної ідентичності як самобутньої нації. Величезні людські втрати, які продовжує нести український народ як на полі бою, так і серед мирного населення, спонукають владні інституції все активніше фокусувати свою увагу на молоді, яка тільки починає здобувати вищу освіту в умовах війни.

Виходячи із актуальності даної проблеми мета нашого дослідження полягає в аналізі основних напрямів молодіжної допомоги суспільству в умовах війни.

Перш ніж почати аналіз основних напрямів молодіжної політики в умовах війни, на нашу думку, варто окреслити основні складові понять «лідерство» та «участь молоді». Поняття лідер у перекладі з англійської означає «той хто веде». На сторінках Нового тлумачного словника української мови поняттю лідера дають наступне визначення: «Лідер – той, хто стоїть на чолі політичної партії або певної іншої суспільно-політичної організації; вождь, керівник, провідник, проводир, ватажок, або – особа або група осіб, що йде першою у якому-небудь змаганні».

Виходячи із цього, молодіжне лідерство варто розуміти, як процес згуртування молодіжної групи або колективу навколо загальновизнаного лідера з метою реалізації власних ідей, переконань та прагнень шляхом легітимного впливу на суспільство. Цей вплив молоді на суспільне життя реалізується через її участь у прийнятті певних рішень або організації заходів в рамках реалізації молодіжної політики на загальнодержавному чи регіональному рівнях.

До основних напрямів молодіжного лідерства в умовах війни, на наш погляд, можна віднести наступні: мобілізація усіх можливих ресурсів для розв’язання проблеми; надання допомоги тим, хто її потребує (волонтерство); встановлення різноманітних зв’язків, та забезпечення представницьких функцій у формі молодіжного парламенту на регіональному, державному та міжнародному рівнях; об’єднання молоді у межах певної установи чи організації з метою забезпечення свої інтересів та участі у суспільному житті громади чи держави загалом (наприклад органи студентського самоврядування тощо); заходи, які б сприяли зміни у ставленні суспільства до проблеми (участь молодіжної групи в різноманітних екологічних заходах, інформаційно-просвітницька робота тощо); часто

молодіжні об’єднання створюються з метою висловлення власної думки та реалізації власного «я» в межах іншої спільноти (в цьому випадку мова йде про об’єднання молоді за інтересам: різноманітні клуби інтелектуального, політичного, спортивного спрямування тощо).

Таким чином, до основних напрямів реалізації молодіжного лідерства в умовах війни варто віднести: мобілізацію всіх наявних ресурсів учасників молодіжної організації, її волонтерську діяльність, участь окремих молодих людей чи молодіжних груп в суспільному житті громади, привертання ними уваги до резонансних проблем, які мають важливе значення для соціуму, реалізація потенціалу групи з метою привернення уваги до форм її діяльності.

ІІ. МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ`Я УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В КОЛЕДЖІ

Діана ФИДРЯ,
здобувач освіти
diana.fidrya@gmail.com
Тетяна ЧЕТВЕРТАК, к.пед.н.
shafranskaja@ukr.net
Запорізький медичний фаховий коледж
Запорізького державного
медико-фармацевтичного університету
м. Запоріжжя, Україна

Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я є станом щастя та добробуту, в якому особистість реалізує творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя. Погоджуємось, що освітній процес є невід'ємною складовою становлення особистості, тому основною задачею дослідження визначаємо пошук ефективного шляху зміцнення ментального здоров'я всіх учасників освітнього процесу коледжу. Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності застосування в освітньому процесі комплексу вправ по зміцненню ментального здоров'я здобувачів та викладачів. Пропонуємо розглянути виконання поставлених задач дослідження: проаналізувати ефективність застосування в освітньому процесі комплексу вправ по зміцненню ментального здоров'я здобувачів та викладачів та експериментально перевірити як їх впровадження впливає на якість освітнього процесу коледжу. Оприлюднити добірку комплексу вправ по зміцненню ментального здоров'я. Запропонувати комплекс вправ по

зміцненню ментального здоров'я з їх використанням безпосередньо на заняттях. Об'єктами дослідження визначено вправи для стабілізації психо-емоційного стану. Методи дослідження: системний аналіз науково-методичної літератури, бібліографічний аналіз наукових праць - з метою з'ясування розробленості досліджуваної проблеми; порівняння, моделювання та систематизація отриманих результатів; емпіричні: спостереження, анкетування, інтерв'ю, бесіда, тестування – з метою з'ясування категорії респондентів, експеримент – для перевірки ефективності впровадження комплексу вправ для покращення ментального здоров'я, статистичні – методи математичної статистики та графічні методи – для оброблення й аналізу кількісно-якісних показників експериментального дослідження. Наукова новизна дослідження: з`ясовано, що вправи для стабілізації психо-емоційного стану позитивно впливають на якість засвоєння навчального матеріалу, а саме: базові знання, позитивні психологічні установки, наміри подальшого вивчення, опорні вміння. Проаналізувавши всі отриманні показники, доведено, що вправи для забезпечення ментального здоров'я ефективні. В ході експерименту підтверджено, що використання добірки вправ позитивно впливає на вивчення навчального матеріалу, зокрема збільшують мотивації та покращують когнітивні навички. Практичне значення отриманих результатів: розроблено комплекс вправ для стабілізації психо-емоційного стану і покращення ментального здоров'я. Експериментом дослідження доведено, що використання підбірки вправ позитивно впливають на засвоєння навчальних дисциплін, зокрема серед більшості здобувачів поточного навчального набору, які мають схильність до надмірної тривожності. Данні дослідження вказали на те, що потрібно враховувати індивідуальні особливості кожного здобувача. Рекомендуємо до детального опанування та вивчення видання «Ментальне здоров'я дітей під час війни: поради батькам та опікунам», що доступне на сайті Всеукраїнської програми

ментального здоров’я «Ти як?» (https://bit.ly/49YjoFb). В ході реалізації практичної частини експерименту були задіяні ігри для зняття стресу, зокрема: «символ сили» (річ, образ, спогад, картинка у телефоні, герой, іграшка або малюнок), символічний предмет-нагадування про наявність сили; «дзеркало», позитивний відгук про себе; «спогади», спогади про п'ятірку людей, які викликають приємні емоції; картки дихальних практик; практикум з вправами для стабілізації стресу для дітей та підлітків. За результатами впровадження підбірки вправ для стабілізації психо-емоційного стану отримали позитивні зміни в опануванні навчальних дисциплін, зокрема через покращення мотивації та когнітивних здібностей (рис. 1). Базові знання +3,5%, опорні вміння +8,2%, мотивації +11,6%.

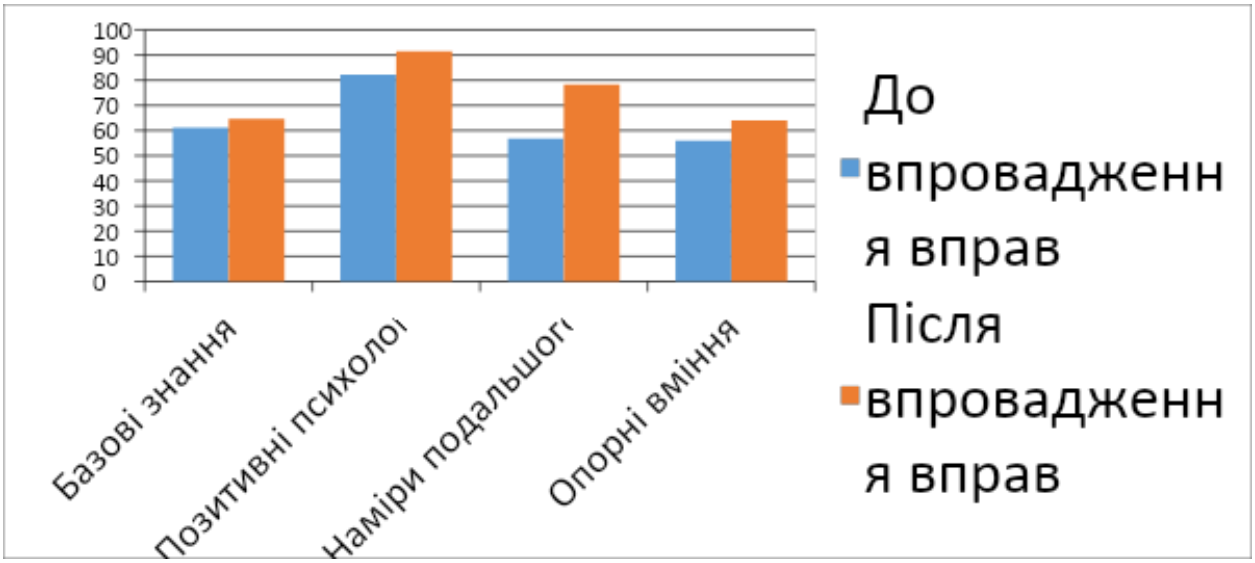

Рис. 1. Зміни у вивченні навчальних дисциплін після впровадження комплексу вправ стабілізації психоемоційного стану

Респонденти, які брали участь в анкетуванні, також стали учасниками програми групи психологічної підтримки «Поруч», успішної платформи психологічної допомоги в Україні. Отже, в ході дослідження проаналізовано ефективність використання добірки вправ стабілізації психоемоційного стану в освітньому процесі та експериментально перевірено, що їх впровадження позитивно впливає на якість освіти в коледжі. Оприлюднено

добірку вправ для розвитку ментального здоров'я. Запропоновано студентам та викладачам комплекс вправ до виконання безпосередньо на заняттях.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Софія ПЕТРАЩУК,
здобувач освіти
sofiapetrashchuk@gmail.com
Людмила ТРУФЕН, викладач
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Ментальне здоров'я – це внутрішні ресурси для того, аби активно жити, реалізувати свої здібності, працювати, піклуватися про інших, пам'ятаючи й про себе, а також це відсутність розладів.

Стан Ментального здоров’я залежить від багатьох чинників, трьома головними є:

- Соціальний чинник
- Екологічний
- Економічний

Сьогодні ми всі розуміємо, що на стан ментального здоров’я кожного українця впливає ситуація в країні.

Основний факт, що вказує на те, що людина ментально здорова

Здатність отримувати задоволення від життя — є основною рисою ментально здорової людини.

Що до того, чи можна самостійно в рутинних умовах підтримувати власне ментальне здоров’я?

Звичайно, що можна сказати - Так. Для цього необхідно:

- дбати про режим сну;

- уникати стресових ситуацій та навчитись адекватно на них реагувати;

- збалансувати харчування і додати фізичної активності — іноді

достатньо активізувати організм та налагодити гормональний фон, щоб виправити ситуацію.

Якщо говорити про те, чи є якісь практичні заняття для безробітних по ментальному здоров'ю?

То так, з вересня цього року запровадили в центрах зайнятості проведення заходів для населення, зокрема – тренінг «Базовий курс самодопомоги та первинної підтримки у кризових ситуаціях».

У заходах можуть взяти участь безробітні/шукачі роботи/студентська молодь.

Якщо розглядати наступне питання, а саме: Чому служба зайнятості долучилася до цієї програми?

То із впевненістю можна сказати, що працездатність однією з перших страждає від порушень ментального здоров'я. У той же час сприятлива та комфортна атмосфера на робочому місці зміцнює колектив та є профілактикою порушень ментального здоров'я.

При розгляді теми про ментальне здоров'я, також обговорюють питання про те фізична праця допомагає покращити або все ж таки погіршує його?

Щоб бути в нормі, ми маємо відпочивати – так влаштований наш організм. Але й відпочивати можна по-різному, а саме поєднувати приємне з корисним, тут можна розглянути такі справи: наведіть лад у шафі, робочому столі чи на кухні, позбудьтеся мотлоху, послухайте подкаст, вийдіть на прогулянку, покатайтеся на велосипеді.

Якщо ззовні ми спокійні або навіть усміхнені, а всередині щось бентежить, чи може це означати, що все добре?

Не завжди це є правдою, адже ментальне та фізичне здоров'я – нерозривне ціле. Це означає, що ми тримаємося, але потребуємо підтримки. Часто – фахової. І головний пріоритет для держави – таку підтримку забезпечити.

Також не забувають про тему агресії і чи можна позбутися її вправами.

Буває буквально відчуваєш бажання трощити меблі, жбурляти речі, навіть робити комусь боляче.

У такі миті людина часто засуджує себе, адже звикли вважати такі емоції негативними. Насправді ж бажання копнути стільця свідчить про тривалий стрес і втому людини.

Хочу сильно наголосити та закінчити свою доповідь на тому, що кожен має дбати про своє ментальне здоров’я.

Саме так, піклування про нього має стати звичною відповідальністю для кожного.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Марія-Єлізавета ГАМАЛЬ,
здобувач освіти
gamalmariaelizaveta@gmail.com
Леся ГЕРМАН, к.мед.н.
lesya.german.1605@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Ментальне здоров'я, якщо розглядати його за визначенням ВООЗ – це стан, в якому людина щаслива, має бажання та можливість реалізувати творчі здібності, займається улюбленою справою і може справляється з навколишнім стресом.

Ментальне здоров'я важливе на такому ж рівні, як і фізичне, тому, на мою думку, не варто розділяти ці два поняття, бо вони майже завжди йдуть спільно. Наприклад, люди з хронічними хворобами частіше хворіють на депресію, і навпаки, люди, що хворіють депресією, мають високий ризик розвитку внутрішніх захворювань. І це насправді має сенс. Коли людина хворіє – це стрес для організму, порушення ментального добробуту теж викликає стрес.

На фоні психічних захворювань, часто виникають хвороби шкіри, такі

як: екзема, псоріаз та розацеа – хронічний дерматоз обличчя.

І саме на фоні стресу людина втрачає координацію у власному внутрішньому світі, особливо в таких випадках важко дітям і підліткам, які тільки вчаться розбиратися в собі, розуміти власні бажання та думки.

Чинники стресу, які можуть призвести до виникнення психічних порушень:

- Швидкі соціально-політичні зміни (війни, політичні заворушення, терористичні акти, тиранія з боку влади).
- Дискримінація на фоні: сексуальної орієнтації, расової приналежності, ВІЛ-позитивного статусу.
- Сексуальне насильство.
- Стрес на фоні навчання чи роботи.
- Наркотична залежність і залежності загалом.
- Несприятливі умови в сім'ї (це стосується не тільки грошового достатку та умов життя, але й виховання та поведінки батьків).

Як ментальне здоров'я впливає на освітній процес? Він безпосередньо є одним із двигунів навчання. Якщо людина буде відчувати пригнічення, вона не зможе зосередитися через великий плин думок в голові чи постійне відчуття стресу, вона не зможе навчатися відповідно.

Здорова атмосфера в сім'ї та соціальному оточенні відіграють надзвичайно важливу роль в плані навчання, адже багато порушень психіки беруть свій початок з дитинства і від досвіду дитини в перших колективах, себто садочків і шкіл.

Прикладом подібних порушень є розлад дефіциту уваги та гіперактивності (РДУГ), який проявляється порушенням здатності зосереджувати увагу, гіперактивністю та імпульсивністю. Як правило, це порушення діагностують в дитячому віці, тому більшість дорослих в Україні не знають, що саме вони переживають.

Депресія – це розлад, що характеризується погіршенням настрою та

зниженням активності. Пов'язують її з низьким утворенням серотоніну в організмі, або ж брак рецепторів, що сприймають їх.

Симптоми депресії – це:

- Пригнічення
- Втрата інтересу
- Зменшення активності
- Неможливість відчувати радість
- Сонливість
- Безсоння
- Втрата апетиту
- Тривожність
- Спроби самогубства, або думки про самогубство

Розлади харчової поведінки (РХП) – група розладів психічного характеру, пов'язаних із вживанням їжі. РХП частіше виникають у жінок, що пов'язано з гендерними стереотипами, сексуальною об'єктивізацією жіночого тіла в масах, жорстоким поводженням, сексуальним насильством і булінгом.

Підсумовуючи все вищесказане, можна зробити висновок, що від метального здоров'я залежить майбутнє українців та українок.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Анастасія АНДРУКОВИЧ,
здобувач освіти
andrukovychnastya@gmail.com
Віталій ЗАХАРІЯ, викладач
zacharsv@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Сьогодні багато разів можна почути таке поняття, як «ментальне

здоров’я», і воно доволі займає значну та важливу роль в нашому житті, в житті людини важливо не гроші, не любов, не сім’я, а саме здоров'я. Головним засобом попередження хвороб є гармонійний розвиток духовних і фізичних сил людини. Ментальне здоров’я – це психічний стан людини, який характеризується емоційним планом людини, її моральне самопочуття. Ментальне здоров’я це більш внутрішній та більш глибокий стан людини. Ментальне здоров’я має ту ж саму роль, як і фізичне здоров’я, щаслива людина повинна бути здоровою як і фізично, так і ментально, кожна людина для повного щасливого життя, повинна дбати про режим сну, уникати чи ставитись спокійно до стресових ситуацій в житті, навчитись правильно розпоряджатися своїм часом, навчитись чути себе та свої потреби, вміти контролювати та аналізувати свої емоції, вчинки, любити та приймати себе та все, що пов’язано з собою, вміти розв’язувати проблеми та конфлікти в своєму житті. На даний момент, наше ментальне здоров’я може бути порушене від багатьох факторів, як наприклад наша ситуація в країні на сьогоднішній день, але крім цього на ментальне здоров’я впливає, як і соціальні, так і екологічні фактори, навіть і економічні. У кожного учня, студента чи будь-якої особи, яка вчиться, дуже впливає освітній процес. Освітній процес, особливо в деяких галузях освіти, може впливати не дуже добре, студенти із-за тяжкого та виснаженого навчання можуть зловживати своїми силами, сном, та одним словом – ментальним здоров'ям, який вже потім дуже тяжко буде виправити. Тому краще зекономити свій час та сили, та вміти правильно берегти своє ментальне здоров’я. Студентські роки дійсно найкращі та найприємніші, якщо ти вмієш ще суміщати час на навчання, відпочинок, друзів та сім’ю, то тобі вже гарантовано успішне майбутнє. Звісно, такою здібністю неможливо навчитися за день, чи тиждень, для цього треба прикласти максимум зусиль. Як кажуть: «Добути та зберегти своє здоров’я може тільки сама людина» (М. Амосов).

Як зрозуміти, що ваше ментальне здоров’я порушено? Основні ознаки

це: порушення сну, відчуття втоми, тривоги, страху, може бути проблеми із концентрацією, агресією, сильна слабкість та порушення апетиту. Ознак дуже багато та вони по своєму індивідуальні у кожного з нас. В найгіршому випадку такі порушення ментального здоров'я може призвести до ментальних захворювань. Добре психічне здоров’я є невід’ємною частиною життя людини, від ментального здоров’я залежить дуже значна частина життя людини. Для того, щоб виправити моральний стан здоров'я людини, при усвідомленні його порушення необхідно проаналізувати та оцінити або самостійно, або з допомогою спеціаліста – психолога, свій стан здоров'я. Психолог – це спеціаліст, який має вищу психологічну освіту, та який працює зі здоровими людьми, які мають проблеми в своєму житті. На сьогоднішній день, стало нормою ходити до таких спеціалістів, так що в цьому немає нічого поганого та страшного.

Завжди потрібно пам’ятати, що пріоритети у кожного різні, але на перших місцях повинно бути здоров'я, особливо ментальне. І витрачати свої сили та нерви на хвилювання за низькі оцінки чи із-за навчання не потрібно. До всього в житті треба ставитись із розумінням та спокійним серцем. Не шкодуйте своїм здоров'ям із-за не зданої контрольної роботи, екзаменів, чи неправильної відповіді на занятті, ми всі люди, а не роботи, і маємо право на помилку та право на незнання чогось. Наше здоров'я понад усе! Бережіть себе.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ’Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Христина БЛАЖКО,
здобувач освіти
kristinablazhko2004@gmail.com
Мар'яна БАРВІНОК, викладач
barvinok111@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Часто люди не звертають уваги на проблеми з психологічним здоров'ям. Вони заклопотані зовсім іншими, на їхню думку, важливішими справами: проблемами на роботі, в особистому житті чи проблемами з батьками. Коли помічають симптоми, які притаманні для порушення психічного здоров'я (відчуття страху, занепокоєння, запаморочення) , думають що це не настільки важливо, щоб приділяти цьому час і що воно пройде саме. Як наслідок, всі ці симптоми можуть загостритись і можуть спричинити серйозні захворювання.

В умовах війни, тема ментального здоров'я набула чималої актуальності, тому що, всі ми живемо у постійній напрузі та страху. Коли чуємо сигнал «Повітряна тривога» нас охоплює страх: страх за себе, за оточуючих та рідних. Тому, на мою думку, розкриття цієї теми є надзвичайно важливим.

Ментальне здоров'я є невід'ємною частиною щасливого життя. Це поняття дуже широке і поєднує різні аспекти. Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я — це стан щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя. Це означає, що ментальне здоров'я об'єднує здоровий дух та психіку людини із соціальним складником. І це є саме так, оскільки за визначенням ВООЗ: «Здоров'я – стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів». З цього робимо висновок, що ментальне здоров'я є надзвичайно важливою частиною нашого здоров'я, хоча такою недооціненою.

Важливу роль в формуванні ментального здоров'я відіграють відносини в сім'ї, атмосфера в навчальних закладах, ведення здорового способу життя. Освітній процес має відігравати ключову роль у формуванні свідомого ставлення до власного ментального здоров'я. На базі Чернівецького медичного фахового коледжу працюють досвідчені практичні психологи та

лікарі-психологи, які можуть надати кваліфіковану психологічну допомогу всім здобувачам освіти чи працівникам коледжу. Є кабінет практичного психолога, куди кожен може звернутись за допомогою: розповісти про свої проблеми та занепокоєння, страхи та переживання. Наші психологи надають рекомендації та пропрацьовують дану проблему. Не варто хвилюватись, вся інформація залишається конфеденційною! Також «Основи психології» вивчаються як обов'язковий курс для всіх спеціальностей нашого коледжу. В програмі курсу міститься інформація про різноманітні аспекти психічного благополуччя, різні психологічні стани людини, також звертається особлива увага на симптоми, які можуть спричинити захворювання з різними наслідками, а також вивчаються основні методи допомоги людям з подібними психологічними симптомами. Здобувачі освіти отримують знання про стрес, депресію, тривожні розлади та інші психічні проблеми, а також навички з їх розпізнання та ефективного управління. Це допомагає підготувати медичних спеціалістів до того, що вони стикнуться з подібними проблемами у реальному житті.

Крім того, також важливо враховувати ментальне здоров'я здобувачів освіти при плануванні навчальних навантажень та організації навчального процесу. Наші психологи, звертають особливу увагу, що перевантаження завданнями, недостатній сон, неправильне харчування - усе це може негативно позначитися на психічному стані студентів. Тому, важливо пам'ятати про це, а навчальним закладам - створювати такі умови, які б сприяли збереженню й покращенню ментального здоров'я навчальної громади.

Не менш важливим є пропагування здорового способу життя серед студентів та персоналу. Заняття спортом, гурткова робота з фізичного виховання, курси з правильного харчування – усе це має стати невід'ємною частиною навчального процесу. Саме цих основних «правил» і дотримується наш коледж. Заняття фізичною культурою проводяться в сучасно

обладнаному спортивному залі, де викладачі демонструють різні види фізичних вправ на різні види м’язів. Також є багато гуртків, до яких можуть доєднатись всі охочі студенти. Основним гаслом наших викладачів є «Здоровий дух в здоровому тілі». Студенти Чернівецького медичного фахового коледжу неодноразово брали участь у спортивних міських та обласних змаганнях, де здобували призові місця.

Корисним також може бути проведення програм психологічної підтримки: психологічні тренінги, групові сесії допомоги, розмовні клуби, проходження психологічних тестів.

Важливо, щоб у кожному закладі освіти були спеціалісти, які можуть надавати допомогу здобувачам освіти у вирішенні їхніх психологічних проблем.

ЗБЕРЕЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО БАЛАНСУ: ВАЖЛИВІСТЬ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ’Я

Юліана ЧЕВКА,
здобувач освіти
cevkauliana@gmail.com
Андрій ШТЕФАНЧУК, викладач
azzz.1999.ua@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Збереження емоційного балансу є ключовим аспектом забезпечення ментального здоров'я та загального благополуччя. У роботі розглядаються питання про важливість ментального здоров'я у сучасних умовах, про необхідність управління емоціями для досягнення стійкого емоційного стану. Аналізуються фактори, що впливають на емоційне здоров'я: стрес, депресія, тривожність та соціальне середовище, пропонуються конкретні стратегії для збереження емоційного балансу. Також надаються практичні поради та рекомендації, як керувати своїми емоціями, реагувати на стресові

ситуації та зміцнювати психологічну стійкість. Мета дослідження: висвітлення найбільш актуальних питань у цій сфері та пошуку шляхів для покращення підтримки ментального здоров'я в освітньому середовищі.

Ментальне здоров'я – це не тільки проблема індивідуальних осіб, але й загальна відповідальність нашого суспільства. Шлях до покращення ментального здоров'я лежить через освіту, свідомість та взаємопідтримку.

Перш за все, ментальне здоров'я – це не просто відсутність психічних розладів. Це стан нашого емоційного, психологічного та соціального благополуччя. Це вміння ефективно впоратися зі стресом, розв'язувати проблеми, будувати стійкі стосунки та відчувати задоволення від життя.

На жаль, сьогодні все більше молоді зустрічаються з проблемами ментального здоров'я. Стрес, депресія, тривожність стають все поширенішими явищами.

Одним із способів підтримки ментального здоров'я є відкритість та сприяння діалогу з цієї теми. Ми маємо бути готові слухати один одного, розуміти та підтримувати. Важливо також звертати увагу на самого себе – контролювати за власним емоційним станом та шукати допомогу, якщо цього потребуємо.

Крім того, фізична активність, збалансоване харчування, відпочинок із задоволенням – все це також важливі компоненти здорового способу життя, які позитивно впливають на наше ментальне самопочуття.

Отже, ментальне здоров'я – це не тільки проблема індивідуальних осіб, але й загальна відповідальність нашого суспільства. Шлях до покращення ментального здоров'я лежить через освіту, свідомість та взаємопідтримку.

Важлива роль у збереженні ментального здоров'я молоді відводиться закладам освіти.

У Чернівецькому медичному фаховому коледжі відкрито психологічний простір на базі студентського гуртожитку.

Це спеціально організований простір, метою застосування якого є

гармонізація психоемоційного стану, зняття перевтоми та підняття рівня працездатності здобувачів освіти та внутрішньо переміщених осіб.

Ураховуючи воєнний час і травматичні обставини, крізь які доводиться проходити нам усім, здобувачі освіти, їх рідні та близькі, викладачі, ВПО, які проживають у гуртожитку, можуть отримувати своєчасну психологічну підтримку в разі виявлення тривожності, агресивності, хронічного стресу. Тому у коледжі запроваджено цикл тренінгових занять «Психологічне благополуччя та формування стресостійкісті». Психологічну діагностичну діяльність, консультування, піскову терапію (Sand Play) та тренінги здійснює практичний психолог Чернівецького медичного фахового коледжу, кандидат психологічних наук.

Піскова терапія – це один із видів арттерапії, який передбачає взаємодію з піском та допомагає стабілізувати психоемоційний стан. Одна з переваг цієї терапії – це м'який терапевтичний вплив на психіку людини.

Як елемент арт-терапевтичних занять запроваджено тренінговий курс «Бути поруч у темряві» – розділ «Духовний супровід паліативних хворих» та арт-проєкт «Намалюй свій біль». Їх проводить методист відділення післядипломної освіти коледжу, аспірант PhD з Медсестринства.

Підтримуючи ментальне здоров'я, продовжуємо розвивати навички психологічного відновлення для того, щоб підвищувати здатність справлятися зі своїми запитами, розуміти та вирішувати складні життєві ситуації, змінювати своє ставлення до себе, розвивати свої потенціали.

Отже, сьогодні, в умовах воєнного стану, заклади освіти стають не лише місцем навчання, а й опорною точкою для психологічної підтримки осіб, які цього потребують.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Анастасія ІФТОДА,
здобувач освіти
nastiaiftoda@gmail.com
Ірина МОРОЗ, викладач
irynamoroz544@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Ментальне здоров'я стає все більш важливою складовою загального благополуччя людини. У сучасному світі: стрес, невпевненість, навантаження, соціальні та економічні труднощі стають людськими спільниками. Велика частина населення має справу з різноманітними психологічними проблемами, такими як депресія, тривожні розлади, стрес, почуття самотності та низька самооцінка. Часто ці проблеми залишаються невидимими для інших людей, що ускладнює їх діагностику та вирішення. А за даними Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я, в середньому близько 25% населення у світі зазнає психічних чи неврологічних розладів у якийсь момент свого життя. Тому підтримка психічної стійкості та душевного благополуччя стає неабияк важливою.

Освітній процес відіграє значну роль у формуванні свідомості про ментальне здоров'я та розвитку психологічної міцності здобувачів освіти. Важливо, щоб у навчальних закладах були розвинуті програми, спрямовані на психологічну підтримку здобувачів освіти, відкриття діалогу про побутові проблеми та стресові ситуації, навчання саморегуляції емоцій та пошук шляхів підтримки одне одного. Педагоги мають велике значення у підтримці ментального здоров'я. Психологічна підтримка, стимулювання самовираження та виявлення толерантності до емоцій та почуттів - це важливі аспекти, які варто враховувати у педагогічній роботі.

Позитивний вплив освітнього середовища на ментальне здоров'я

розповсюджується й до родин. Батькам також важливо отримати інформацію та підтримку у питаннях психологічного самопочуття та виховання своїх дітей. Крім освітнього середовища, справжньою магією в утриманні ментального здоров'я є здоровий спосіб життя. Регулярна фізична активність, збалансована харчування, відпочинок та оптимістичний настрій – усе це сприяє психологічній стійкості та підтримує здоровий розум у здоровому тілі.

Отже, ментальне здоров'я має стати пріоритетом усіх сфер життя, включаючи освітній процес та загальний спосіб життя. Високий рівень психічного благополуччя відкриває двері до щасливого життя, а тому пильна увага до цього аспекту є не лише важливою, але й необхідною у сучасному світі, де відчуття спокою та сили досягається разом із здоров'ям розуму. А звернення за допомогою, у разі відчуття стресу, тривоги чи депресії, не є ознакою слабкості, а навпаки – це прояв здорового ставлення до себе та свого благополуччя.

ВПЛИВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ТА МЕТОДИ НОРМАЛІЗАЦІЇ

Анна ТРІСКА,
здобувач освіти
triskaanna8@gmail.com
Лариса ПІСЬМЕННА, викладач
larisa.pismennaya@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Кожен з нас, так чи інакше, турбується про своє здоров’я. Ми намагаємось уникати захворювань , лікуватись за потреби та не допускати розвиток фізичних відхилень чи вад, однак чи достатньо цього для забезпечення здоров’я організму в цілому. Всесвітня організація охорони здоров’я (ВООЗ) визначає поняття здоров’я як «стан повного фізичного,

душевного та соціального благополуччя, а не тільки як відсутність захворювань і фізичних дефектів». Кожна з ланок є опорним механізмом для гомеостазу людини та за відсутності нормального функціонування однієї - називати особу цілком здоровою неможливо.

Для характеристики душевного та соціального благополуччя особи існує синонімічне поняття – ментальне здоров'я. Ментальне здоров'я об'єднує здоровий дух та психіку людини із соціальним складником. Воно є важливим для втілення бажань, реалізації цілей, доброго фізичного самопочуття. А з іншого боку — психічне здоров'я кожного індивіда важливе для всього суспільства.

В умовах війни найбільшому впливу піддається ментальне здоров'я. До порушень ментального здоров'я відносять: тривожні і поведінкові розлади, порушення сну, гіперактивний розлад з дефіцитом уваги, депресію, порушення харчової поведінки, посттравматичний стресовий розлад, розлади спектру шизофренії, залежність від психоактивних речовин. Війна в Україні несе руйнівний вплив на психічне здоров'я людей по всій країні, включаючи здобувачів освіти. Турбота про власне ментальне здоров'я набуває першочергового значення, оскільки саме психічне благополуччя є ключем до повноцінного життя, реалізації власного потенціалу, подолання життєвих стресів, продуктивної роботи та активної участі в житті спільноти. Сьогодні, Україна займає 9 місце в світі за кількістю ВПО. Внутрішні міграції суттєво вплинули на психічний стан здоров'я населення. Ця група людей стикається з численними викликами, які можуть серйозно вплинути на їх емоційний стан і психологічне благополуччя, адже неймовірно важко покидати свій рідний дім та вирушати в невідомість. Ось деякі статистичні дані, які дають уявлення про масштаби проблеми:

Дослідження, проведене у листопаді 2023 року серед студентів Харківського національного медичного університету виявило що:

- У 38,5% студентів з'явилися симптоми депресії після початку війни.

- У 51,8% студентів з'явилися симптоми тривоги після початку війни.
- У 20,4% студентів з'явилися симптоми ПТСР після початку війни.

Загалом, дослідження показують, що війна в Україні призвела до значного зростання рівня депресії, тривоги та ПТСР серед студентів. Для нормалізації психологічного стану здобувачів освіти, важливо надавати їм підтримку та ресурси: консультації психолога або психотерапевта, групові психологічні сесії для обміну досвідом та підтримки, розваги та дозвілля, які допоможуть їм розслабитися та відволіктися від стресу. Крім того, створення доброзичливого, комфортного середовища в закладі освіти, сприятиме швидшій адаптації та покращенню якості життя загалом.

За участю Центру соціально-психологічної підтримки та супроводу «PsyLab» було проведено лонгітюдне дослідження щодо стану психічного здоров’я студентської молоді під час війни. В первинному опитуванні взяли участь 214 осіб, віком від 16 до 28 років. У вторинному – 365 осіб, віком від 16 до 36 років.

Проаналізувавши відповіді респондентів, можна зробити висновок, що більшість студентів, завдяки наданим ресурсам та створеним умовам, навчилися долати стрес та психологічний тиск, жити в дистресі і з ним боротися, тому це можна інтерпретувати як одну із ознак майбутнього посттравматичного відновлення.

Студенти, які пережили травматичні події, такі як бомбардування або втрату близьких, схильні до більшого ризику розвитку проблем з психічним здоров'ям.

Шляхом аналізу інтернет ресурсів нами було визначено найчастіші порушення ментального здоров’я та надано поради, щодо нормалізації психічного та духовного благополуччя.

Ось декілька пораді:

- Подбайте про фізичне здоров’я: регулярно займайтеся спортом, збалансовано харчуйтеся та нормалізуйте режим сну.

- Знайдіть здорові способи впоратися зі стресом, такі як йога, медитація або прогулянки на природі.
- Зверніться за допомогою до друга, члена сім'ї або фахівця – це сприятиме вивільненню накопичених емоцій, переживань та почуттів.

Не соромтесь звертатись за допомогою. Пам'ятайте, ви не самотні. Кожен з нас має свій фронт, проте не варто нехтувати своїм ментальним здоров'ям.

Українці – нездоланна нація. Бережіть себе та Україну.

ДЕЯКІ ПИТАННЯ АДАПТАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ КРІЗЬ ПРИЗМУ СОЦІОЛОГІЧНОГО АНАЛІЗУ

Ольга ТКАЧУК,
здобувач освіти
olatkachyk2006@gmail.com
Ірина БОЖКО, викладач
bilbofruty@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Війна – це страшне випробування для всіх учасників освітнього процесу. Війна повністю змінила наше життя, дала нам нові навички та звички, примусила відчути нові емоційні стани, які були невідомі нам раніше. Як змогли здобувачі освіти адаптуватися до навчання в умовах воєнного стану? З метою отримати відповідь на це запитання було проведено опитування студентів Чернівецького медичного фахового коледжу. Участь в опитуванні була анонімною та здійснювалась шляхом заповнення Google Форми. В опитуванні взяли участь 114 здобувачів освіти, з яких студентів 1курсу (база 9 класів) – 71 студент (62,3%), студентів 2 курсу (база 9 класів) – 43 студента (37,7%). Вік опитаних студентів: 22,8% – 15 років, 52,6% - 16 років, 23% - 17 років.

За результатами дослідження тільки 5 з опитаних студентів (4,4%) не відчули на своєму психоемоційному стані негативний вплив подій протягом війни.

43,9% опитаних студентів відзначили, що потребують консультації психолога про те, як справлятися зі стресом (страхом, тривожністю), оволодіти навичками самодопомоги. 28,1% мали складнощі з відповіддю на це питання та обрали варіант «важко відповісти».

Бажання навчатись під час воєнного стану мають 44,2% опитаних студентів. У 51,3% опитаних бажання навчатись під час військового стану немає, але вони розуміють, що це потрібно робити.

12 з опитаних студентів (10,5%) не почувають себе у безпеці, перебуваючи в коледжі. Усі інші (89,5%) здебільшого почуваються в коледжі у безпеці.

Очному навчанню, як найбільш зручній формі навчання віддають перевагу 44,7% опитаних. 10,5% опитаних студентів як найбільш зручну форму навчання обрали дистанційну, 44,7% - змішану.

35,1% опитаних здобувачів освіти зізналися, що їм було важко адаптуватися до незвичних умов навчання. У 44,7% студентів, що взяли участь в опитуванні, суттєвих проблем не виникало.

51,8% студентів, що взяли участь в опитуванні, оцінюють власне навчальне навантаження впродовж навчального року як надмірне. Їм бракує вільного часу. У 43,9% опитаних здобувачів освіти достатньо вільного часу для хобі, зустрічей з друзями тощо.

У 59,3% опитаних студентів є мотивація до навчання, а для 23,9% мотиви не важливі, вони вважають, що основне – дисципліна.

Результати навчання можуть залежати від різних чинників. 83,3% опитаних вважають, що таким чинником є виключно власна праця та наполегливість. 57,9% опитаних студентів мають думку, що результати навчання залежать від рівня викладання. Варіант «від

об’єктивного/необ’єктивного оцінювання моїх навчальних досягнень» обрали 41,2%; «від більш поблажливого ставлення викладачів» - 27,2%; «від одногрупників, які допомагатимуть на заняттях та з домашніми завданнями» - 14%; «від батьків, які мотивують до навчання» - 13,2%; «від обладнання та інтер’єру коледжу» - 10,5%. Для 8 студентів з опитаних це можуть бути навіть погодні умови.

Що може спонукати студентів пропустити заняття? Стан здоров’я - 77,2%, нецікавий предмет - 33,3%, страх отримати погану оцінку - 32,5%, нецікавий викладач - 22,8%, невиконане домашнє завдання - 21,1%, непорозуміння з викладачем - 21,1%, поганий настрій - 17,5%, побачення - 8,8%, робота на присадибній ділянці - 2 студента.

Здобувачі освіти активно долучаються до науково-дослідної роботи. 43% опитаних вважають, що така діяльність підвищує зацікавленість у навчанні, а 30,7% опитаних НДРС дає поштовх до самостійної роботи і розвитку.

Для 24,6% опитаних студентів важливо, щоб викладач цікавився їх особистим життям/проблемами. 21,9% опитаних відзначили, що для них така цікавість неприємна. 53,5% опитаних - байдуже.

До причин, що частіше за все призводять до конфліктів у взаємодії студента та викладача, віднесено негативне відношення студента до викладача - 59,6%, порушення студентом правил поведінки у коледжі, на заняттях - 54,4%, невиконання навчальних завдань здобувачем освіти - 45,6%, негативне відношення студента до предмету - 37,7%.

Значний вплив на студента має особистість викладача. Якими якостями повинен володіти викладач на думку опитаних здобувачів освіти? Серед варіантів відповідей є наступні: уміння викликати інтерес до дисципліни - 88,6%, вміння налагодити контакт зі студентами - 84,2%, повага й тактовність у ставленні до студентів - 75,4%, досконале володіння навчальним матеріалом - 64%, пояснює матеріал, коментує складні моменти, виділяє

головне в темі - 64%, об'єктивність оцінювання - 62,3%, організованість і пунктуальність викладача - 52,6%, раціональне використання часу на занятті - 39,5%, ерудиція й культура мовлення - 32,5%, культура зовнішнього вигляду викладача - 24,6%.

Ми всі травмовані війною. Із переживань (емоцій, почуттів, станів), які часто відчувають здобувачі освіти, були обрані: відчуття напруги - 57%, тривога - 46,5%, страх - 28,1%, відчуття занепокоєння за долю кого-небудь - 27,2%, злість - 24,6%, сум - 17,5% опитаних. Проте є і життєстверджуючі настрої, такі, як: очікування чогось незвичайного і дуже гарного, світлого дива - 40,4%, насолода приємними фізичними відчуттями від смачної їжі, тепла, сонця тощо - 39,5%, впевненість - 30,7%, рішучість - 22,8%, відчуття безтурботності, безжурності - 16,7%, відчуття симпатії, прихильності - 14,9%.

Хто зараз допомагає та підтримує? Що стає джерелом енергії для студентів? Серед варіантів відповідей: сім'я - 64%, друзі - 59,6%, бажання досягти своїх цілей - 57%, віра в себе - 52,6%, рідні - 46,5%, Бог - 36,8%, віра і надія - 36%, ЗСУ - 32,5%, навчання - 7%, хобі -24,6%, спорт - 24,6%.

Війна закінчиться. Україна переможе. Що будемо робити після Перемоги? Жити – обрали 82,5% опитаних студентів, радіти - 78,1%, святкувати - 65,8%, буду щасливим - 64%, дякувати - 61,4%, цінувати - 57%, подорожувати - 57%, повернуся до нормального життя - 55,3%, навчатися - 52,6%, здійсню задумане - 50%, працювати - 43,9%, допомагати - 28,9%, відбудовувати - 24,6%, плакати - 23,7%, повернуся додому - 7,9%. Хтось, хто написав «У мене більше немає домівки», буде будувати дім, якого немає…

Нас чекають важкі, але важливі часи. І наше завдання долучитись до формування нашого успішного майбутнього.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ЯКІСТЬ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Ангеліна КУШНІР,
здобувач освіти
angelinakusnir807@gmail.com
Тетяна АНДРІЄШ, викладач
tetianaandriesh863@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність проблеми: Термін «ментальне здоров'я» в останні роки міцно увійшов в наше життя. Постійні стреси, нервове виснаження, емоційне напруження, зумовлені пандемією Covid-19 та воєнними діями в Україні, змусили сучасне суспільство до більш серйозного вивчення питання збереження психічного здоров'я. Особливо актуально та гостро ця проблема постає в контексті взаємозв'язку «ментальне здоров'я – освітній процес».

Мета дослідження: Мета дослідження полягає в обґрунтуванні взаємозв'язку між станом ментального (психічного) здоров'я та якістю освітнього процесу.

Виклад основного матеріалу: Ментально здорова людина – це людина, яка почуває себе комфортно та здатна реалізувати свої творчі здібності. Зазвичай вона позитивно налаштована, відкрита до нових можливостей, їй легше впоратися з викликами повсякдення. Адекватна поведінка у стресових ситуаціях, праця без шкоди для самопочуття і втілення задумів є ключовими компонентами психічного здоров'я. Збалансований підхід до життя, уміння адаптуватися в нових умовах, розвиватися, розуміти та розв'язувати проблеми, спілкуватися і взаємодіяти з іншими також сприяє збереженню ментального здоров'я.

Загальновідомо, що фізичне та психічне здоров'я здобувачів освіти є основою здорового способу життя і, як наслідок, здійснення ними повноцінної освітньої діяльності, що полягає в успішному засвоєнні нових

знань. З огляду на зазначене, турбота про ментальне здоров'я молодого покоління має стати сьогодні пріоритетним завданням галузі освіти з метою створення сприятливих психосоціальних та психоемоційних умов для всіх учасників освітнього процесу.

На підтвердження цієї думки можна навести такі аргументи:

1. Процес навчання дозволяє здобувачам освіти більш об'єктивно оцінювати свої досягнення та можливості.

2. Постійне засвоєння нових знань та навичок підвищує самоповагу та впевненість у власних силах.

3. Навчання сприяє розвитку навичок саморегуляції, уміння вирішувати проблеми та досягати поставлених цілей.

4. Збагачення власних знань та досвіду допомагає впевнено контролювати своє життя та досягати успіху у різних сферах.

5. Постійний розвиток через навчання надає здобувачеві чітку мету, стимулює пошук нових досягнень, підтримує віру в свій потенціал та можливість здійснення своїх планів.

Висновки: Зважаючи на ці твердження, можна зрозуміти, що ментальне здоров'я – це складне поняття, що формується під впливом різноманітних чинників, а його підтримка й покращення вимагає комплексного підходу та уваги до всіх аспектів життя людини. Важливо пам'ятати, що кожна особистість унікальна і шлях до збереження власного ментального здоров'я може включати індивідуальні стратегії розвитку.

Список використаних джерел:

1. https://borzna.crl.org.ua/scho-take-mentalne-zdorov'ya-i-navischo-vono-nam-08-53-05-04-07-2023/

2. https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-iak-pro-noho-dbaty/

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В СУЧАСНИХ РЕАЛІЯХ

Микола МИРОНЮК,
здобувач освіти
mironukmikola9@gmail.com
Світлана НАКОНЕЧНА, викладач
svitlanavas67@gmail.com
Ковельський фаховий медичний коледж
м. Ковель, Україна

Ментальне здоров'я студентів є головним в освітньому процесі в сучасних умовах війни. Підлітки стикаються з певними труднощами, які можуть суттєво вплинути на їхній ментальний стан, включаючи академічний тиск, використання соціальних мереж, сімейні проблеми, травмами, що спричинила війна. Психічне здоров'я здобувачів освіти є важливим компонентом загального благополуччя, тому необхідно заохочувати молодих людей звертатися за допомогою, коли вони її потребують. Особливо важливим є створення сприятливого середовища для збереження ментального здоров'я в навчальному закладі. Студенти повинні розуміти, що вони не самотні у своїх страхах та терзаннях, а викладачі коледжу повинні помічати зміни в поведінці або характері, що сталися за короткий термін у здобувачів освіти, які можуть свідчити про розвиток ментального розладу.

Першими симптомами, того, що на студента необхідно звернути увагу є: втрата інтересу до навчання, погіршення успішності, схуднення або набір кілограмів за короткий час, агресивність, безсоння, перепади настрою, зниження самооцінки, прагнення усамітнюватися. Чим раніше педагоги помітять ментальні проблеми у студента, тим менше часу й зусиль буде потрібно для відновлення психічних процесів у молодої людини. Викладач перш за все має підбадьорити підлітка, запевнити в тому, що його проблемам цілком можна зарадити,і попросити у нього згоди звернутися по сторонню

допомогу до психотерапевта.

Які ж методи допоможуть підтримувати рівень ментального здоров'я молоді? Для покращення психічного здоров'я потрібні добрі відносини з оточенням, спілкуйтеся з друзями, сім'єю, однодумцями. Регулярна фізична активність знижує рівень депресії і тривожності у всіх вікових групах. Важливе значення має підвищення самооцінки студента та гарний настрій. Під час прогулянки на свіжому повітрі знижується рівень гормону стресу, і внаслідок цього ми відчуваємо піднесення та отримуємо більше задоволення від життя. Добре підлітку спробувати нові види діяльності (вести блог, займатися новим видом спорту, вчитися малювати). Серед студентів коледжу заохочуються добрі справи для інших людей та волонтерство, які сприяють підвищенню рівня нейромедіаторів: серотоніну, ендорфіну. Коли людина робить добрі справи, у неї підвищується самооцінка, рівень емпатії та співчуття, покращується настрій. Це знижує артеріальний тиск і рівень кортизолу. Для стабілізації психіки підлітка також важливо дбати про своє тіло. Вранці бажано робити помірні фізичні навантаження, збалансовано харчуватись. Добре обмежити час доступу до новин, заблокувати доступ до сторінок у соцмережах, які можуть бути для студента негативними подразниками.

Отже, викладачам необхідно будувати довірливі відносини зі студентами, допомагати вирішувати конфліктні ситуації, навчати технікам самодопомоги.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Вікторія ВАСИЛИК,
здобувач освіти
student1090@medkol.cv.ua
Олександра СТОЯН, викладач
oleksandra-1984@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Тема ментального здоров’я не втрачає своєї актуальності. Вона стає все більш важливою в освітньому процесі та розвивається як необхідна складова здорового способу життя. Наразі одним із основних завдань закладів освіти є розвиток навичок самоконтролю, емоційного і соціального інтелекту, а також підтримка психічного благополуччя. Ми знаємо, що ментальне здоров’я охоплює емоційний, психологічний і соціальний стан людини. Тому заклади освіти намагаються підтримувати ці стани своїх студентів в тонусі, адже коли здобувач освіти може ефективно функціонувати в повсякденному житті, виявляючи рівновагу між різними аспектами свого життя, такими як навчання, особисте життя, відпочинок, вміє ефективно впоратися зі стресом і викликами, які виникають, саме тоді якість його знань зростає.

Збереження ментального здоров'я є важливою складовою загального здоров'я та добробуту людини.

Чому підтримання ментального здоров’я студента так важливе для освітнього процесу? На мою думку, ментальне здоров’я – запорука якісного навчання. Не секрет, що коли здобувач освіти почуває себе добре, тобто його емоційний, психологічний та соціальний стан в нормі, він може з легкістю концентрувати свою увагу на навчанні та відпочинку. Такий стан сприяє підвищенню рівня знань.

Ментально здорова людина позитивно і емоційно врівноважена. Це свідчить про хорошу мотивацію в досягненні навчальних цілей. При

відсутності хорошого ментального здоров’я, стрес та внутрішня тривога можуть перешкоджати в запам’ятовуванні нової інформації, а депресія та постійне занепокоєння і зовсім можуть знищити мотивацію здобувати знання.

На мою думку, між освітнім процесом та веденням здорового способу життя є багато спільного. При їх поєднанні ми отримуємо багато позитивних результатів. Завдяки ментальному здоров’ю ми можемо займатись різними видами діяльності, доповнюючи однин одного і підтримуючи себе у нормі.

Виникає питання, як саме студенти зможуть підтримувати своє ментальне здоров’я? Відповідь досить проста. Більшість свого часу здобувачі освіти проводять, навчаючись. Докладаючи достатньо зусиль, вони неодмінно отримують позитивні відгуки від викладачів і, таким чином, покращують свій емоційний стан. Виконуючи домашнє завдання їм вистачить мотивації не тільки для отримання схвалення від викладача, а й усвідомлення того, що, завдяки здобутим знанням, завтра ми станемо кращими за себе сьогоднішніх. Завдяки досягненню поставленої мети їх емоційний, соціальний та психологічний стан покращився, результат перевищив очікування і з’явилося натхнення не тільки для здобуття знань у закладі освіти, а й опрацювання додаткових матеріалів для саморозвитку.

Погодьтесь, така людина обов’язково захоче вести здоровий спосіб життя. Вона розпланує свій день так, щоб мати достатньо часу для навчання, відпочинку, спорту та прогулянок з друзями. За кілька місяців студент помітить підвищення якості своїх знань, покращення фізичного здоров’я, самопочуття, психологічної рівноваги і, головне – стане ментально здоровою людиною.

Отже, ментальне здоров'я – це пріоритет освітнього процесу та здорового способу життя. Ці складові між собою дуже тісно пов’язані. Це як цілісний ланцюг, розірвавши який, ти втрачаєш одразу всі його складові.

Неможливо точно визначити, що є основою успіху, адже тільки при поєднанні усі складових ми отримаємо бажаний результат.

Бережіть себе! Ведіть здоровий спосіб життя! Будьте ментально здоровими!

ВПЛИВ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я НА СПОСІБ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ

Катерина КЛЕСТОВА,
здобувач освіти
kvklestova.uk21@kubg.edu.ua
Людмила ГЛУХЕНЬКА, викладач
l.hlukhenka@kubg.edu.ua
Фаховий коледж «Універсум»
м. Київ, Україна

У статті розглядається питання впливу ментального здоров'я на спосіб життя людини, висвітлено методи підтримки ментального здоров'я

Ключові слова: ментальне здоров'я, здоровий спосіб життя.

Постановка проблеми. Проблема захисту ментального здоров'я загострилася з початком повномасштабної війни. Дбати про своє ментальне здоров'я – така ж необхідність кожної людини, як і дбати про здоров'я фізичне.

Здоровий спосіб життя залежить від багатьох факторів, серед яких є ментальне здоров'я людини. Досить часто ментальне здоров'я розглядають як психічне здоров'я, але воно включає і соціальне благополуччя. Ментальне здоров'я впливає не тільки на відношення індивіда до інших, але й до себе – ментально здорова людина розуміє свої потреби, бажання, сильні і слабкі сторони. Ментальність – це призма, через яку людина дивиться на світ і себе в ньому [1]. Ще до недавнього часу ми мало замислювалися над своїм ментальним здоров'ям – станом своєї психіки, відчуттям щастя, добробуту. Але пандемія, війна, відповідні обмеження підштовхують нас зайнятися не лише своїм імунітетом, а й емоціями.

Ментальне здоров’я є масштабною проблемою і в Україні. Як зазначала Олена Зеленська, дружина Президента України: «Поряд з інфляцією, бідністю, втратою засобів до існування ментальне здоров’я, на думку жителів різних країн світу, зокрема й України, є одним із найбільших викликів сьогодення» [2]. Втрата контролю над власним ментальним здоров’ям призводить до депресії, якої люди бояться більше, ніж інфляції.

Негативні емоції, які людина накопичує під час читання новин, затримки емоційного виплеску призводять до слабкості в тілі, небажанні працювати і слідкувати за собою. Людина в стані стресу поступово перестає цікавитись своїм фізичним здоров’ям, менше уваги приділяє здоровому харчуванню і спорту. Хронічний стрес призводить до головної болі, розладів травлення, появи шкідливих звичок, надмірної активності в соціальних мережах. Людина «замикається у свій кокон» і таким чином захищає себе.

Для молодого покоління ментальне здоров'я є більшим викликом, ніж для інших вікових груп. Відома британська компанія Alligator Digital провела опитування серед людей різного віку і встановила, що молоді люди віком від 18 до 24 років найменш схильні до депресії [3]. Також дослідження показали 3 найпоширеніших почуттів даної вікової групи: 1) стрес (56%); 2) пригніченість/сум (53%); 3) виснаженість (45%). Більшість молодих людей боряться з порушенням ментального здоров’я за допомогою мистецтва, фізичної активності, спілкування на форумах за інтересами.

За останні роки молоді люди показали, що продовжувати любити і піклуватись про себе можна і в воєнних умовах. Ті підлітки, що раніше перебували в стані хронічного стресу, а пізніше змогли позбавитись цього стану починають з раціонального харчування, – що є однією з запорук здорового способу життя. Зараз на платформі YouTube є канали, на яких молодь допомагає підліткам, дітям і дорослим пройти через депресію – люди навчаються любити себе знову, знаходять однодумців і нові інтереси. Підтримувати власне ментальне здоров’я можна самостійно. Для цього

необхідно:

- дбати про режим сну;
- уникати стресових ситуацій та навчитись адекватно на них реагувати;
- збалансувати харчування і додати фізичної активності — іноді достатньо активізувати організм та налагодити гормональний фон, щоб виправити ситуацію;
- організувати спільні заняття з рідними, друзями;
- для ментального здоров'я потрібно не тільки бачити, усвідомлювати підтримку, а й тактильно відчувати «руку/плече» оточуючих;
- надати можливість виговоритися.

Головна запорука – зосередитися на приємних для себе речах, оточити себе «своїми людьми»; зробити дім, в якому ми зараз проводимо більше часу, комфортним і безпечним, а побут – простішим.

Ментальне здоров'я має важливу роль у способі життя людини. Любити і піклуватись про себе, а також допомагати іншим – це вибір ментально здорової і зрілої людини.

Використані джерела:

1. Зеленська О. Ментальне здоров'я – один із найбільших глобальних викликів майбутнього [Електронний ресурс] / О. Зеленська – Режим доступу до ресурсу: https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenska-mentalne-zdorovya-odin-iz-najbilshih-globalni-85665.

2. Костєва Т. Б. Вплив ментального здоров‟я на життєдіяльність особистості [Електронний ресурс] / Т. Б. Костєва. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/naukpraci/pedagogika/2018/311-299-6.pdf.

3. Результати третього Саміту Перших Леді та Джентльменів [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: https://www.president.gov.ua/storage/j-files-storage/01/20/37/e4ceeb98e0931a82caef695e1ef79a85_1694020372.pdf

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я: ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Анна ПЕТРУК,
здобувач освіти
annapetruk577@gmail.com
Неоніла САЧУК, викладач
nilasacuk1@gmail.com
Ковельський фаховий медичний коледж
м. Ковель, Україна

Ментальне здоров'я стає все більш важливою складовою загального здоров'я людини. У сучасному світі, де стрес, тривога та депресія стали загальними явищами, освіта щодо ментального здоров'я стає надзвичайно важливою. В освітньому процесі та здоровому способі життя має бути відведена особлива увага саме цій сфері.

Ментальне здоров’я охоплює не лише відсутність психічних розладів, але й наявність позитивних емоцій, вміння впоратися зі стресом та ефективно взаємодіяти з іншими. Це важливий фактор для досягнення особистісного розвитку та успіху в житті.

По-перше, освіта щодо ментального здоров'я виконує важливу роль у запобіганні розвитку різних психічних розладів. Інформування студентів та учнів про стрес, тривогу та депресію, а також про ефективні стратегії їх подолання може значно зменшити ризик виникнення цих проблем. Навчання навичкам релаксації, управління стресом та виявлення симптомів погіршення ментального здоров'я дозволяє молоді звертатися за допомогою вчасно та уникнути серйозних наслідків.

По-друге, освіта про ментальне здоров'я сприяє підвищенню свідомості щодо цієї проблеми та зменшенню стигми, пов'язаної з психічними розладами. Коли люди розуміють, що ментальні проблеми є так само природною складовою життя, як і фізичні захворювання, вони стають більш відкритими до обговорення своїх проблем та пошуку допомоги. Це важливо

для створення сприятливого середовища, де кожна людина може отримати підтримку та допомогу у випадку потреби.

По-третє, ментальне здоров'я тісно пов'язане з загальним фізичним здоров'ям, тому освіта щодо нього сприяє і здоровому способу життя. Здоровий режим дня, збалансоване харчування, фізична активність - все це має величезний вплив на ментальне самопочуття. Інформування про ці аспекти допомагає студентам та учням приймати більш обізнані рішення щодо свого життя та забезпечувати максимальний рівень здоров'я.

Питання ментального здоров’я у Ковельському фаховому медичному коледжі є важливою і актуальною темою. Адміністрація коледжу відповідає не лише за академічну підготовку, але й ментальне здоров’я студентів, відсутність психічних розладів у студентів, наявність позитивних емоцій, вміння впоратися зі стресом, та ефективно взаємодіяти студентському і педагогічному колективам. У Ковельському фаховому медичному коледжі існують різноманітні ініціативи: проведення виховних годин, диспутів на морально-етичну тематику, лекцій, конференцій.

Активну участь у вирішенні даного питання відіграє психолог коледжу. В коледжі створили середовище, де студенти відчувають себе підтриманими, прийнятими та знаходять ресурси для допомоги у випадках стресу, тривоги чи депресії. Забезпечення ментального здоров’я в коледжі сприяє загальному благополуччю та успіху студентів у їхньому навчанні та житті.

Отже, можна висунути висновок, що освіта про ментальне здоров'я є надзвичайно важливою для сучасного освітнього процесу та здорового способу життя. Вона допомагає запобігати розвитку різних психічних розладів, зменшує стигму, пов'язану з цими проблемами, та сприяє загальному фізичному та ментальному благополуччю. Тому включення освітніх програм про ментальне здоров'я має стати пріоритетом для установ освіти на всіх рівнях.

РОЛЬ АРТ-ТЕРАПІЇ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ ДОПОМОЗІ ЗДОБУВАЧАМ ОСВІТИ

Богдан КУЛІЧЕНКО,
здобувач освіти
kulichenkobohdan@zpk.zp.ua
Тетяна БИКОВА, викладач
bykovatetiana@zpk.zp.ua
Педагогічний фаховий коледж
комунального закладу
вищої освіти «Хортицька національна
навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
м. Запоріжжя, Україна

У сучасних реаліях війни українська молодь переживає багато стресових ситуацій, тривог, страхів, роздратувань. Важко зосередитись на важливих справах, навчанні, коли періодично чути звуки сирени, що оповіщають про загрозу вибухів, коли читаєш і дивишся новини, коли щохвилини думаєш і хвилюєшся за своїх рідних, друзів і тих, хто боронить наше життя, свободу і незалежність країни. Проявом цих негативних станів є депресія, апатія, посттравматичний стресовий розлад та навіть когнітивні порушення. Тому актуальним постає питання щодо зміцнення ментального здоров'я молоді.

Одним із дієвих методів профілактики та лікування негативних емоційних станів є арт-терапевтичний метод.

За допомогою арт-терапевтичному методу психологи та психотерапевти можуть зрозуміти краще, в якому емоційному стані перебуває людина. Це дає можливість оптимізувати підхід до профілактики та лікування. Також арт- терапевтичний метод використовують в якості допомоги щодо усунення від морального болю і дискомфорту, зняття стресу, полегшення симптомів депресії, тривоги, боротьби зі втомою, з фізичними хворобами та психічними розладами.

Сучасна арт-терапія – активний напрям, що постійно розвивається і

розширює сферу свого застосування. Її методики використовують у педагогіці, психології, бізнесі, соціальній роботі. Арт-терапію використовують для людей різних вікових категорій.

В даний час існує дуже багато сучасних видів арт-терапії.

Арт-терапевтичний метод лікування доцільно використовувати у роботі зі студентами фахової передвищої і вищої освіти, так як він має високий рівень ефективності, простий та екологічний у застосуванні.

В практиці використання існує багато методів арт-терапії. З метою відновлення емоційного ресурсу здобувачів освіти варто використовувати методи кольоротерапії, ізотерапії (роботу з фарбами, глиною, піском, солоним тістом), музикотерапії, казкотерапії, ігротерапії.

Застосування арттерапевтичних методик допомагає здобувачам освіти поліпшити своє психічне здоров'я, особливо зараз – у воєнний час.

Одним із найбільш популярних і ефективних методів арт-терапії є ізотерапія. Малювання є ефективним інструментом, оскільки дозволяє вільно висловлювати свої думки, почуття і переживання мовою образів, символів і кольорів, дає можливість усувати негативні переживання і «малювати» своє ставлення до навколишньої дійсності.

Малювати можна на будь-яких поверхнях: на папері, картоні склі, деревині тощо. Для цього використовуються різні засоби: фарби, крейда, олівці, фломастери, маркери тощо.

Ізотерапія активізує основні психічні функції (мову, сприйняття, моторну координацію та мислення) і забезпечує зв'язок між ними.

Розглядаючи концепцію К. Юнга, необхідно пам'ятати, що несвідоме в картині, спроєктоване через образи та символи, є дороговказом в інтерпретації реальних ситуацій, подій та особистих проблем [1].

Будь-який малюнок і зображені на ньому образи в певному сенсі виконують функцію психологічного захисту від накопичення травм і негативного досвіду. Кожен образ чи символ виконує функцію стримування,

не дозволяючи їм "вийти назовні. Символи та образи на малюнках можуть утримувати складні переживання доти, доки вони не будуть усвідомлені, вербалізовані та прийняті [1].

В умовах дистанційного й очного навчання цей вид арт-терапії однаково дієвий. Майже всі вправи проводяться так: здобувачам освіти дають завдання намалювати, і вони виконують малюнок, використовуючи різні кольори та матеріали. В процесі творчого натхнення студент має змогу виразити всі емоції на папері або іншому матеріалі, а дослідник, арт-терапевт, викладач за результатами роботи може зрозуміти, в якому емоційному стані знаходиться досліджуваний.

При інтерпретації малюнків арт-терапевти повинні звертати увагу на наступні моменти:

- Які почуття (емоції, переживання) передає малюнок?

- Що знаходиться в центрі картини? Як правило, те, що знаходиться в центрі, вказує на домінуючий предмет або переживання.

- Чи є підкреслення? Якщо є, то завжди запитуйте, чому вони зроблені.

- Чи не затерті об'єкти? Ці місця можуть маскувати приховані конфлікти або бажання "щось виправити".

- Розмір і пропорції об'єктів. Розмір зображення вказує на те, що деякі об'єкти перебільшені або недооцінені, тоді як зміна пропорцій і спотворення форми свідчать про проблемні місця на малюнку, які привертають надмірну увагу [2].

У більшості випадків доцільно переглянути ізопродукт разом з його творцями, беручи до уваги наведені вище міркування. Тоді символічний матеріал і мова зображення будуть порівнюватися з його лінгвістичною інтерпретацією.

Бажано запитати студента, автора малюнку: "Що ви бачите у своєму зображенні?" Те, що бачить здобувач освіти на картині, є абсолютно важливим і ніколи не нав'язується арт-терапевтом.

Загалом, ізотерапія та інші види арт-терапії є важливими інструментами, які можна використовувати в різних контекстах і з різною метою, включаючи освіту, терапію та духовний розвиток. Арт-терапія створює нові можливості для самовираження та саморозвитку і допомагає молодим людям віднайти гармонію, внутрішній спокій та зберегти емоційне здоров'я в умовах війни.

ВИКОРИСТАНІ ДЖЕРЕЛА:

1. Семенченко І. Арт-терапії у роботі практичного психолога та соціального педагога: методичні рекомендації, 2020. URL: https://vseosvita.ua/library/metodicni-rekomendacii-art-terapii-u-roboti-prakticnogo-psihologa-ta-socialnogo-pedagoga-98606.html
2. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник, 2022. URL: https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/3301/1/АртТерапія-19-10-20.pdf.

HOW MENTAL HEALTH MATTERS

Liliana STRYZHAKOVSKA, c.med.s.
Lilianastrvsk@gmail.com
New City College, Ardleigh Green
London, United Kingdom

The work is devoted to the importance of mental health and finding ways to improve them.

In high-, middle-, and low-income countries alike, half of the world's population will develop a mental illness over the course of their lives. Worldwide, depression is among the most disabling health conditions. Alzheimer's disease and schizophrenia are among the costliest health problems to treat. War, migration, and the intersection of violence and poverty, especially as they affect women and children, create a huge toll of trauma. As does loneliness for both physical and psychic pain, as well as social media for adolescent anxieties.

Our emotions and our attitudes: our evolution as human beings has left a complicated picture of how we express our emotions. A lot of the activity happening in our brain triggers emotions that would have been normal and protective some tens of thousands of years ago. For example, our ancestors got angry to protect themselves against a threat and cried to ask for help when they didn't have the words for it. But now we mostly understand 'negative' emotions as problematic. It is true that we have come a long way in public mental health in recent years in terms of our attitudes around, and our efforts to tackle, the stigma of mental ill-health, but we are not there yet. It remains true that several thousands of our fellow citizens experiencing symptoms of mental ill-health will not seek professional clinical help because of the stigma attached to mental health problems and the fear of being misunderstood. For too long, most campaigning efforts in psychiatry and public health have focused on increasing the understanding of the biomedical model of mental illness (i.e. the physical, organic and biological aspects of illness). We now know that social circumstances play a huge role in the development of mental health problems. Research shows that, while this increased understanding of the biology leads to greater acceptance of professional help, it hasn't really changed attitudes towards people with mental illness.

Prevention is possible. But it's a difficult personal goal because, often, our everyday stresses overwhelm us, and we tend to only understand the value of prevention once we have reached crisis point. Generations of people have grown up in societies that found terms like 'psycho', 'schizo', 'loony' and 'crazy' perfectly acceptable. Therefore, being respectful and thoughtful in our mental-health-related language could do wonders for the automatic responses hat our brains produce to words, and, hence, the emotions of the people around us. It is clear that we must now personally and collectively do as much as we can to protect our mental health. Getting better sleep, practising mindfulness, drinking less and exercising more are all helpful. Also, crucially, caring and doing things

for others is important, whether that's through working on our relationships with family, letting go of old grudges, building positive and lasting friendships, reaching out to someone who may be lonely and being altruistic, engaging in acts of kindness, or volunteering.

We know that mental health problems exist in our homes and communities, that they are common, and that they can be addressed through prevention, timely treatment and concentrated societal effort. Let's invest in what will make the biggest genuine difference. Enable women and men to be educated mothers and fathers, protect children from neighbourhood trauma, educate adolescents to understand and manage their emotions, support adults experiencing excessive stress at work, build connections in our communities, reduce loneliness for older people, acknowledge and care for people with suicidal thoughts, and empower people experiencing symptoms of mental ill-health to recover and self-manage.

Therefore, it is necessary to invest in what will make the biggest genuine difference: enable women and men to be educated mothers and fathers; protect children from trauma; educate adolescents to understand and manage their emotions; support adults experiencing excessive stress at work; reduce loneliness for older people; acknowledge and care for people with suicidal thoughts; build connections in our communities; empower people to recover and self-manage.

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ЯКІСТЬ НАВЧАННЯ

Марія КАБАН,
здобувач освіти
kabanmaria37@gmail.com
Тетяна АНДРІЄШ, викладач
tetianaandriesh863@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність проблеми: Останні роки учасники освітнього процесу стикаються з низкою проблем. Пандемія Covid-19, повномасштабне вторгнення зумовили домінування в освітньому процесі онлайн-навчання. Живе спілкування студентів один з одним та комунікація між студентами та викладачами замінюється онлайн-парами, а всі потреби в соціумі обмежуються гаджетами.

Мета дослідження: Метою дослідження є простежити та вивчити – як вплинули фактори, що оточували студента на його ментальний стан та емоційне вигорання, а в подальшому – як це вплинуло на якість освіти.

Виклад основного матеріалу: Навіть, якщо враховувати те, що кожна людина по-різному сприймає інформацію, а також неоднаково переживає усілякі складні події та стрес – емоційне вигорання проявляється у всіх зі схожими симптомами:

1. Втома та безсоння. Скільки б не тривав сон, все одно існує відчуття постійної втоми.
2. Втрата соціальної активності, небажання спілкуватися та контактувати з людьми.
3. Погіршення здоров'я : задишка, зміна ваги (втрата чи набір), надмірне потовиділення, проблеми з ШКТ (нудота, виразки).
4. Втрата емпатії, поганий настрій, депресія, прояви агресії, відсутність мотивації, почуття самотності та втрати розуміння від оточуючих.[1]

Отже, як саме емоційне вигорання впливає на процес навчання?

- Зменшення інтересу.
- Збільшення нудьги.
- Апатія.
- Втрата бажання бути творчим (перевага віддається шаблонному виконанню).
- Депресія.

- Погана пам’ять.
- Втрата всіх навичок тайм-менеджемну.

Як боротися з усіма цими проблемами?

1. Повноцінна активна відпустка, вихідні та канікули.
2. Знайти улюблену справу та виділяти на неї кожного дня певний проміжок часу.
3. Слідкувати за здоровим сном.
4. Займатися спортом.

Найважливіше – навчитися розуміти себе, коли потрібно зробити паузу та трохи відпочити, берегти та цінувати власне емоційне та психологічне здоров’я.

ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ВІЙНИ НА СТАН МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ’Я У ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ

Анастасія РОКАЧУК,
здобувач освіти
Юлія ВАСЮК, викладач
irina.love.19871982@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність теми. Нестабільна ситуація сьогодення у світі внаслідок повномасштабної війни на території України призвела до формування різноманітного роду конфліктів всередині особистості, вираженого стресу, що породжує у майбутньому соціальну незахищеність вразливих груп населення. Не обійшла дана ситуація і освітянську спільноту, включаючи як студентів, так і викладацький склад. Особливо важким виявилося здобуття саме медичної освіти, адже вимоги та потреби сьогодення до медичної допомоги змушені бути підлаштовані під військовий стан, тому необхідні постійні пошуки та впровадження нових інноваційних методик навчання, але

при цьому також одне з основних завдань надавачів освітніх послуг — це створення позитивного середовища для навчання студентів.

Мета дослідження. На основі детального аналізу даних науково-медичної, психологічної, педагогічної літератури, результатів таємного опитування студентів Чернівецького медичного фахового коледжу узагальнити стан ментального здоров'я у здобувачів освіти та створити рекомендації з корекції наявних та потенційних проблем з метою профілактики розвитку складних патологічних станів у майбутньому.

Методи дослідження. Аналіз літературних даних, анкетування, узагальнення результатів дослідження, формування висновків та рекомендацій.

Результати дослідження. Реалії здобуття вищої освіти у вищих медичних навчальних закладах на даний час супроводжуються вираженими переживаннями внаслідок періодичних повітряних тривог, під час яких студенти-медики повинні набувати нових знань та опановувати практичні навички, без яких неможлива у майбутньому їх професійна діяльність.

Повітряні тривоги провокують виникнення тривалого відчуття тривоги, напруженості, небезпеки, підвищуючи при цьому рівень психоемоційних зрушень, розладів сну, що негативно відбивається на процесі навчання. Згідно з проведеним аналізом останніх досліджень Gradus Research, у час війни відзначається ріст стресових ситуацій, відчуття нервозності у всіх верствах населення та вікових категорій, але при цьому особливо дана ситуація відноситься до здобувачів медичної освіти.

З метою визначення рівня стресостійкості та стану ментального здоров'я серед студентів Чернівецького медичного фахового коледжу було проведене таємне анкетування, де досліджувані відповідали на питання згідно з спеціальною шкалою дослідження у сфері психології - Positive Mental Health Scale. В опитуванні взяли участь 55 студентів, на основі опрацювання результатів опитування серед яких виявлено низький рівень ментальності у

12 (22%), середній рівень — у 15 (27%) та високий рівень — у 38 опитаних (41%). Стресостійкість також оцінювалася за спеціальними шкалами та було виявлено високий рівень стресостійкості у 10 студентів (18%), середній — у 20 опитаних (36%) та високий рівень — у 25 студентів (46%). Результати дослідження свідчать про середньостатистичні дані серед студентів медичних навчальних закладів та може визначатися як майбутній перспективний показник опанування професійними навичками згідно з вимогами сьогодення.

Висновок. На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що війна на території України значним чином впливає на складові ментального здоров’я населення, у тому числі студентів вищих медичних навчальних закладів, що потребує планування та реалізації корективних програм серед здобувачів освіти, щоб сформувати у них міцну нервову систему згідно з сучасними викликами перед суспільством.

Список використаної літератури.

1. Іващенко, С. М. (2021). Збереження ментального здоров'я студентів в ході підготовки фахівців.

2. Цюняк, О. П. (2021). Стан ментального здоров’я здобувачів вищої освіти у період дистанційного навчання.

3. Яланська, С. П., & Максименко, С. Д. (2023). *Забезпечення ментального здоров’я особистості в умовах вищої школи* (Doctoral dissertation, Національний університет" Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка").

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

ДАРЯ БАТУРА,
зобувач освіти
dashabatura51@gmail.com
ГОРОХОВА ВІКТОРІЯ, викладач
gorokhova-65@ukr.net
Сумський фаховий коледж економіки та торгівлі
м. Суми, Україна

Збереження психічного здоров'я молоді в умовах повномасштабної війни

Ключові слова: ментальне здоров'я, освітній процес, здоровий спосіб життя.

У статті розглядаються можливі наслідки пригнічення ментального здоров'я та методи швидкого реагування на проблеми та наслідки, спричинені стресовими ситуаціями.

Постановка проблеми. Проблема захисту ментального здоров'я надзвичайно загострилася після початку повномасштабної війни Росії проти України, тому підтримка психічного здоров'я людини стала одним з пріоритетних завдань державної політики України. У Міністерстві охорони здоров'я прогнозують, що через війну психологічної підтримки потребуватимуть понад 15 млн українців.

Мета статті провести обгрунтування проблеми ментального здоров'я молоді та визначити шляхи їх подолання.

Виклад основного матеріалу. Ментальне здоров'я - це стан психічного благополуччя, який відображає, наскільки ефективно та адаптивно людина може функціонувати у своєму оточенні, це стан організму, що дозволяє повноцінно виконувати всі його функції, це відчуття рівноваги всередині себе, а також між собою та фізичним і соціальним середовищем. Це означає, що людина вміє вирішувати повсякденні завдання, впоратися зі стресом,

відноситися до інших із повагою та розумінням, та відчувати себе задоволеним від життя. Ментальне здоров'я включає в себе психологічні, емоційні та соціальні аспекти. Це стосується як самопочуття та емоційного стану, так і міжособистісних відносин, способу вирішення конфліктів, реакції на стресові ситуації, а також рівня самоповаги та самооцінки. Збереження ментального здоров'я важливо для загального благополуччя та якості життя. Люди можуть дбати про своє ментальне здоров'я, вживаючи різні заходи, такі як ведення активного способу життя, регулярна фізична активність, здорове харчування, встановлення позитивних міжособистісних відносин, використання стратегій управління стресом та звернення за підтримкою в разі потреби до професіоналів в галузі психології або психіатрії. Особливо важливо враховувати ментальне здоров'я під час стресових ситуацій, таких як кризові ситуації, травматичні події, втрати та важкі переживання. В таких випадках важливо надавати підтримку, якісні медичні та психологічні послуги для забезпечення підтримки та відновлення ментального здоров'я. Освітні установи мають відповідальність забезпечити середовище, де студенти можуть розвивати свої когнітивні та соціальні навички, а також мати можливість звертатися за підтримкою у випадку психічних труднощів. Пріоритетність ментального здоров'я в освітньому процесі означає, що учні та студенти повинні мати доступ до ресурсів та послуг, спрямованих на збереження та покращення їхнього психічного благополуччя. Це може включати в себе психологічні консультації, тренінги з розвитку особистості, підтримку у вирішенні конфліктних ситуацій, створення підтримуючих спільнот та багато іншого. Забезпечення психічного здоров'я студентів відіграє ключову роль у формуванні повноцінної та успішної особистості, а також у підготовці до подальшого життя та професійної кар'єри.

Звернемо увагу на ментальне здоров'я під час війни , це надзвичайно важливою та часто недооціненою складовою загального здоров'я людини.

Війна може викликати серйозний стрес, травматичні події та емоційні труднощі, які можуть мати довгострокові наслідки для психічного благополуччя. Воєнні конфлікти можуть призводити до різноманітних форм психологічних травм, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, тривожність та інші психічні розлади. Стресові ситуації на війні можуть включати бойові дії, втрату близьких людей, розлуку з родиною та друзями, переживання військового та цивільного насильства, нестабільність та невизначеність майбутнього. Забезпечення психологічної підтримки та доступу до ментальної охорони для військових та цивільного населення під час конфліктів є критично важливим. Це може включати психологічну консультацію, терапію, психіатричну допомогу та інші інтервенції для полегшення стресу та покращення психічного стану постраждалих осіб. Додатково, важливою є також попереджувальна робота та надання психологічної підтримки для військових та цивільного населення ще до початку конфлікту, а також під час процесу реабілітації та відновлення після війни. В рамках Всеукраїнської програми ментального здоров’я українцям розповідають про техніки самодопомоги та підтримки тих, хто знаходиться поруч. Пропонуються дієві механізми, які допомагають психологічній стійкості у часи повномасштабної війни.

Всеукраїнська програма ментального здоров’я стартувала у березні 2023 року за ініціативи Першої леді України Олени Зеленської. Мета програми – сприяти формуванню у суспільстві культури піклування про ментальне здоров’я. Дбати про нього – настільки ж важливо, як і про фізичне здоров’я.

Висновки. Ментальне здоров'я є важливою складовою загального благополуччя людини, і воно відіграє вирішальну роль у її житті. Життя продовжується, продовжується освітній процес. Найголовніше під час війни – це стабільний психологічний стан, без якого життя та навчання в кризових умовах не можуть бути успішними. Щоб допомогти студентам,викладачі

коледжу проводять бесіди, тренінги, пропонують ефективні прийоми самодопомоги – прості техніки, які допоможуть впоратися зі стресом і швидко привести себе до ладу, зробити заклади фахової передвищої освіти фортецями стійкості та розробити цілісну систему піклування про психічне здоров'я студентства. «Ментальне здоров'я – це непомітний, але водночас головний двигун людини, що дозволяє не лише повноцінно жити, а й ефективно функціонувати у суспільстві. Регулярне піклування про власний стан може наштовхнути на відкриття внутрішнього джерела сили, що допоможе пройти крізь складні часи. Тому дбати про своє ментальне здоров'я – така ж базова необхідність кожної людини, як і дбати про здоров'я фізичне. Ментальне та фізичне здоров'я – нерозривне ціле» - відзначає команда проєкту «Ти як?».

Список використаних джерел

https://mind.ua/publications/20267214-topovi-proekti-z-vidnovlennya-mentalnogo-zdorovya-ukrayinciv

https://www.online.ua/guide/shcho-take-idealne-mentalne-zdorovya-i-yak-yogo-zberegti-842368/

https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B5_%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%27%D1%8F

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я – ПРІОРИТЕТ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Софія МАРЧУК,
здобувач освіти
sonay.marchuk@gmail.com
Людмила УКРАЇНЕЦЬ, к. психол.н.
lydmulaukr@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Життя українців в умовах війни створює серйозні виклики для їхнього

психологічного благополуччя. Ця проблема є актуальною для всього населення України, а особливо для студентської молоді.

Сьогодні надважливо допомагати молодим людям зберігати свою психічну стійкість. Ментальне здоров'я є важливою складовою психофізичного розвитку майбутніх медичних фахівців. Адже за складних обставин сучасності їм доведеться приймати самостійні своєчасні рішення, працювати в команді, вчитися брати відповідальність за свої вчинки, надавати допомогу іншим людям.

Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я – це стан щастя та добробуту, в якому людина може реалізувати свої творчі здібності, протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати, робити внесок у суспільне життя.

Основна риса ментально здорової людини – це уміння отримувати задоволення від життя.

За результатами опитування, в якому взяло участь 50 респондентів (студентів) спеціальності 223 Медсестринство ОПП «Лікувальна справа», «Сестринська справа», «Акушерська справа» Чернівецького медичного фахового коледжу, близько 80% респондентів вважають, що їхній загальний емоційний стан погіршився після початку повномасштабного вторгнення рф на українську землю, і понад 70% потребують емоційної підтримки.

У Чернівецькому медичному фаховому коледжі на заняттях «Психологія в професійній діяльності», «Основи психології та міжособове спілкування» та в рамках «Тижня збереження ментального здоров'я» з метою підвищення рівня обізнаності щодо проблем психічного здоров'я, ознайомлення майбутніх медичних фахівців з методами психологічного супроводу, які допоможуть вирішувати різноманітні проблеми практичним психологом проводяться заняття з елементами тренінгу «Ментальне здоров'я: критерії та фактори впливу», ігри «Правда чи міф», «Крок за кроком», «Психологічне благополуччя та формування стресостійкісті».

Підтримуючи ментальне здоров’я, продовжуємо розвивати навички психологічного відновлення для того, щоб підвищити здатність справлятися зі своїми запитами, розуміти та вирішувати складні життєві ситуації, змінювати своє ставлення до себе, розвивати свої потенціали. Під час заходів студенти опановують техніки самодопомоги в складних життєвих умовах.

Самопізнання, психотерапевтичний супровід, збалансований спосіб життя та постійний саморозвиток є ключовими компонентами забезпечення майбутніх медичних фахівців позитивним ментальним станом і високою якістю професійної роботи. Адже кожна людина унікальна, і важливо обирати стратегії, які найбільше відповідають її потребам і життєвим обставинам.

Отже, в умовах сьогодення піклуватися про себе не тільки важливо, але і необхідно.

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ВАЖЛИВИЙ АСПЕКТ У ПІДТРИМЦІ МІЦНОГО ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ’Я

Олександра НАЗАРЕНКО,
здобувач освіти
naleksandr8d0@ukr.net
Валерія БОБУХ, викладач
valeriandreiko@gmail.com
Фаховий медико-фармацевтичний коледж ПДМУ
М. Полтава, Україна

Здоров’я – це те, що визначає тривалість та якість життя. Шкідливі звички, відсутність спорту та банальної гігієни, все це призводить до проблем, хвороб та інших недугів, які його ускладнюють і не дають насолодитися сповна. XXI століття пропагує здоровий спосіб життя, зробивши його частиною загальної культури. Бути здоровим запрограмовано самою природою.

Здоровий спосіб життя є важливою складовою гарного самопочуття, постійного тонусу та чудового вигляду. Мода на нього прийшла в останні роки, вона активно пропагується через ЗМІ, лідерів думок та багато джерел в інтернеті. Саме тому цікавість до цього способу життя є цілком виправданою з боку людей різних вікових категорій.

Так, здоровий спосіб життя має великий вплив і на психічне здоров'я. Регулярна фізична активність, збалансована дієта, відпочинок із цілодобовим режимом сну та уникнення шкідливих звичок можуть допомогти знизити ризик розвитку депресії, стресу та інших психічних проблем. Здоровий спосіб життя сприяє виробленню ендорфінів, які покращують настрій та загальний стан психіки.

На психічне благополуччя впливають і наші щоденні звички. Наприклад, регулярна фізична активність, здорова харчова поведінка позитивно позначаються на нашому емоційному стані та загальному фізичному самопочутті. Також заняття медитацією або йогою може допомогти знизити рівень стресу та підвищити рівень зосередженості. З іншого боку, недостатній сон, неправильне харчування та недостатнє фізичне навантаження можуть призвести до погіршення настрою та загальної емоційної стійкості. Тому важливо удосконалювати свої щоденні звички з метою покращення життєстійкості.

Ключовими елементами здорового способу життя, які сприяють гарному психічному здоров’ю є регулярні фізичні вправи, заняття спортом, здорове повноцінне харчування, активний відпочинок, відмова від шкідливих звичок, косметологічний догляд за собою тощо.

Здоровий спосіб життя має велику кількість переваг, серед яких виділяємо:

1. Поліпшення фізичного здоров’я: регулярні фізичні вправи та збалансоване харчування допомагають зменшити ризик хронічних

захворювань, таких як захворювання серцево-судинної системи, цукровий діабет, ожиріння тощо.

2. Більша тривалість життя. Дослідження показали, що люди, які ведуть здоровий спосіб життя, як правило, живуть довше та якісніше.

3. Підвищення продуктивності: коли ви дбаєте про своє тіло та розум, ви, ймовірно, станете більш ефективним в професії та у повсякденній діяльності.

4. Краще психічне здоров'я: зменшення стресу, тривоги, уникнення депресії.

Отже, ведення здорового способу життя є важливою складовою для забезпечення міцного психічного здоров'я. Тому важливо дбати про своє фізичне здоров'я та емоційний стан, щоб мати змогу впоратися з викликами сучасності.

ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ

Ангеліна АНТОНЬ,
здобувач освіти
antonanjelina2019@gmail.com
Юлія НИРКОВА, викладач
ju2544@ukr.net
Фаховий медико-фармацевтичний коледж
м. Полтава, Україна

Війна чинить різноманітний вплив на людей, призводячи до негативних наслідків для психічного здоров'я. Цей вплив є особливо помітним серед молоді, зокрема студентів, які несуть подвійний тягар стресу. Окрім того, що молодим людям доводиться триматися в умовах постійної загрози ракетних ударів, очікується, що вони мають наполегливо здобувати освіту. Такі подвійні вимоги ставлять їх у вельми складне становище, оскільки вони намагаються впоратися з негараздами війни й водночас закласти основи своєї

майбутньої кар’єри та колективного людського капіталу України.

Війна має багатогранні наслідки для людей. Війна зазвичай пов’язана зі зміною повсякденного способу життя, перерозподілом ресурсів, руйнуванням соціальних зв’язків та загрозливими для життя ситуаціями, що зі свого боку породжує цілий спектр проблем психічного здоров’я. Тож тим, хто безпосередньо стикається з війною, зазвичай властивий підвищений рівень тривожності, депресії, стресу та симптомів, пов’язаних із травмою. Понад те, ці наслідки зазвичай виявляються більш серйозними для осіб, які вже були схильні до тривожності та депресії або мали навіть незначні проблеми з психічним здоров’ям.

Мешканці зон бойових дій частіше демонструють вищий рівень депресії, тривожності чи стресу, аніж решта населення України. Ці наслідки неможливо нейтралізувати навіть у разі переїзду до інших країн. Насправді особи, які вирішили залишитися в Україні мають помітно нижчий рівень тривожності, депресії, стресу та симптомів, пов’язаних із травматичними подіями порівняно з тими, що виїхали за кордон. Втім, цей аналіз не враховував потенційну схильність осіб із підвищеною психологічною чутливістю чи травмою емігрувати з країни під час військових конфліктів.

Крім того, вчені припускають, що війна чинить додатковий негативний вплив на молодих людей, змушуючи їх переходити на онлайн-навчання на відміну від традиційного офлайн навчання. Дистанційне навчання виявляється менш ефективним для студентів порівняно з очним навчанням. Психологічні проблеми виникають через те, що підліткам складно адаптуватися та ефективно спілкуватися в соціальному середовищі, тоді як навчання онлайн перешкоджає розвитку довірливих міжособистісних стосунків із однолітками та викладачами.

Для інформування молоді можна використовувати різноманітні заходи та методи щодо покращення ментального здоров’я:

- організовувати семінари, тренінги, на яких викладачі дадуть

поради молоді щодо впливу війни на психічне здоров’я та необхідності його збереження та зміцнення;

- розробка брошур, пам’яток, відеоматеріалів, веб-сайтів, які вміщують корисну інформацію та поради для молоді щодо збереження психічного здоров’я;
- співпраця з медичними установами: взаємодія із медичними закладами, де молоді люди можуть отримати необхідну медичну допомогу, в разі потреби.

Важливо враховувати культурні та психологічні особливості молодих людей й надавати інформацію та підтримку в доступній і довіреній формі. Робота з молоддю має бути спрямована на формування усвідомленого ставлення молодою людини до власного психічного здоров’я.

Список використаних джерел:

1. Гринечко А.Я. Співвідношення рівнів тривожності та самооцінки сучасної молоді / А.Я. Гринечко [Електронний ресурс] – Режим доступу: http://www.psyh.kiev.ua.

2. Афузова Г. В., Найдьонова Г. О., Кротенко В. І. Особливості психічного здоров’я першокурсників на етапі адаптації до професійного навчання в умовах воєнного стану. Габітус. 2022. Вип. 41. С. 278–283.

3. Савелюк Н. М. Переживання стресу студентством в умовах воєнного стану як значущий чинник професійного становлення. Теорія і практика підготовки конкурентоспроможного фахівця як вектор освітніх парадигм: Матер. Всеукр. наук.-практ. конф. (29–30 вересня 2022 року, м. Тернопіль). Тернопіль: ТНПУ імені Володимира Гнатюка, 2022. С. 208–213.

ОСНОВИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В АСПЕКТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПРИ НАВЧАННІ У МЕДИЧНОМУ ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Юліанна ГУМЕНЮК,
здобувач освіти
Галина САВЧУК, викладач
irina.love.19871982@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність теми. Населення нашої країни на протягом останнього часу живе, навчається, працює у важкий час військових дій. Особливо важко дана ситуація відбивається на дитячому та підлітковому віці, коли дитина навчається та здобуває свій майбутній фах. Дослідження наукових фахівців показують зростання рівня різноманітних хронічних та психічних захворювань серед молоді, що відповідно може знайти відбиток на майбутній дітородній функції та якості реалізації своїх професійних вмінь, адже, як відомо, різноманітні конфліктні ситуації негативно впливають на перебіг патологічних станів, призводячи до їх декомпенсації. Найбільшу поширеність серед порушень ментального здоров'я у студентів являються тривожні та депресивні стани, психосоматичні симптомокомплекси, наприклад біль у спині, животі, безсоння вночі.

Мета дослідження. На основі детального аналізу даних сучасної науково-медичної літератури, результатів провідних досліджень ВООЗ зробити висновок про поширення порушень ментального здоров'я серед студентської молоді вищих медичних навчальних закладів та методи боротьби для відновлення психологічного гомеостазу.

Методи дослідження. Аналіз науково-медичної літератури, узагальнення отриманих результатів, формування висновків та пропозицій.

Результати дослідження. Згідно з аналізом сучасних даних наукових досліджень було визначено, що війна, вимушений переїзд в іншу місцевість,

звикання до умов нового життя, переведення та навчання студентів в іншому закладі, в іншому середовищі створюють або підвищують непрямий та прямий ризик формування зрушень у психічному та фізичному здоров'ї, що може позбавити молоде покоління можливості повноцінної реалізації основних своїх ресурсів.

Студенти вищих медичних навчальних закладів під час навчання постійно перебувають у стані психологічної та розумової напруги, а військовий стан на території держави поглиблюють дану ситуацію, наслідком якої являють депресивні та тривожні розлади. Здобування медичної освіти і в довоєнний час було досить складним, адже майбутній медичний фахівець відповідає за життя та здоров'я людини, тому на помилку немає права.

Особливо у час війни увага повинна приділятися ментальному здоров'ю студентів-медиків, його корекції та збереження, що повинно лягти в основу психологічного виховання у будь-якому навчальному закладі. Сучасні дослідження свідчать про низький рівень позитивного ментального здоров'я у студентів вищих медичних навчальних закладів згідно з результатами застосування у дослідженні спеціальної шкали, після чого необхідно скласти план впливу на досліджуваних з метою підвищення їхньої стресостійкості, формування соціалізації у нових умовах життя та навчання.

Стійкість студентів до стресових факторів дослідники оцінюють також за допомогою спеціальної методики з використанням шкали стресу, за результатами якої зареєстрований середній рівень стресостійкості у студентів-медиків.

Висновок. На основі проведеного аналізу можна зробити висновок, що низький рівень ментального здоров'я та середній рівень стресостійкості у студентів вищих медичних навчальних закладів обумовлені навчанням та життям в умовах війни, внаслідок чого необхідне даним групам планування та реалізація програми спеціалізованої медичної допомоги та самодопомоги,

щоб вберегтися від негативного впливу умова сьогодення на організм, професійну активність та життя в цілому.

Список використаної літератури.

1. Авдєєнко, О. І., Шелудько, Є. Ю., & Малик, Н. В. (2023, January). Вплив війни і вимушеного переміщення на психічне здоров'я студентів. sci-conf. com. ua.

2. Іващенко, С. М. (2021). Психолого-педагогічні проблеми підтримки ментального здоров'я студентів. *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, (6 (1)), 15-19.

MENTAL HEALTH AS A PRIORITY FOR STUDENTS OF OUR TIME

Софія ДЕНИСОВА,
здобувач освіти
sofiydenisova031@gmail.com
Ніна БЕРЕЗОВСЬКА, викладач
ninabereza1984@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

We all realize how difficult these time it is right now. The war has had a serious impact on all aspects of life, radically changing our entire existence. It is useless to argue that these events have not affected the emotional well-being of everyone. And the situation becomes terrible if stress and anxiety are added to this.

We all have to realize today's realities. It is important to see the difference between studying in peacetime and during a military conflict. We have many talented and gifted children, eager to knowledge. But all these events have divided their lives into two different worlds. Instability, fear for your own safety and relatives, loss of loved ones and damage to property - all of this has a strong impact on the mental state. But is it possible to remain sane if besides this you still have to acquire knowledge?

Constant worries adversely affect the nervous system, worsening

concentration. And this, in turn, has a bad effect on learning.In the hands of the younger generation the future of our country. But what will this future look like if children are now living under constant stress?

Thousands of stories about terrible events, a bunch of nights without any sleep, and endless publications of unbearable news – all this is too difficult for any person. And it is even harder for children and teenagers. Their childhood is being destroyed right in their hands and they cannot stop it. That is why we have to give those children a moment of peace. At least a little teach them to fight this despair and overcome it.

Psychological support and education about mental health are essential at this time. Understanding and supporting psychological well-being will help students cope with difficulties more easily, increase concentration and improve their learning outcomes. Providing a comfortable learning environment and minimizing anxiety and stress are needed now more than ever. Only this approach will be effective and greatly facilitate the life of students.

A child's mental health is a state of well-being, a sense of security, emotional comfort and confidence. However, you can maintain mental health on your own. This requires very simple things: a balanced healthy diet, good sleep, adding physical activity, outdoor walks, and avoiding stressful situations. Communicating with friends will also help to improve your condition for the better. Spending time with loved ones is important, especially in these stressful times. And most importantly, don't be afraid to ask for help. You can trust people to help you and realize that everything will get better with time. This is more than normal. Keeping all the problems in itself for a long time will not work. Therefore, take care of yourself and do not be silent if it becomes too difficult.

ПОСЛУГИ З МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СТАЮТЬ ЩЕ ДОСТУПНІШИМИ

Олександра ЗВАРИЧ,
здобувач вищої освіти
zvarych.oleksandra.mf1@bsmu.edu.ua
Людмила ГРИНКЕВИЧ, к.мед.н.
grynkevych.l@bsmu.edu.ua
Буковинський державний медичний університет
м. Чернівці, Україна

Робота присвячена важливості ментального здоров'я у закладах освіти та його впливу на якість життя та навчання студентів і співробітників. Вона охоплює широкий спектр аспектів, включаючи зв'язок між ментальним здоров'ям та академічними досягненнями, роль освіти про ментальне здоров'я, стратегії здорового способу життя та виклики, з якими зустрічаються заклади освіти.

Мета роботи: пошук шляхів для покращення підтримки ментального здоров'я в освітньому середовищі.

Ментальне здоров'я стає все більш важливим аспектом нашого життя в сучасному світі, оскільки ми все більше розуміємо його вплив на наше загальне самопочуття та ефективність у навчанні та роботі. На жаль, проблеми з ментальним здоров'ям стають все поширенішими, і ми повинні приділяти їм більше уваги, особливо в освітньому середовищі в умовах воєнного стану.

Заклади вищої та фахової передвищої освіти мають унікальну можливість впливати на ментальне здоров'я здобувачів та працівників. Шляхи цього впливу можуть бути різними.

По-перше, створення підтримуючого та дружнього середовища. Забезпечення доступу до психологічної підтримки та ресурсів для управління стресом і тривогою може значно полегшити життя студентів та сприяти їхньому успіху в навчанні.

По-друге, інтеграція психологічної освіти в освітні програми. Освіта про ментальне здоров'я та стратегії здорового способу життя допоможуть здобувачам розвивати навички саморегуляції та підтримувати своє ментальне благополуччя.

По-третє, стимулювання відкритого діалогу та свідомого ставлення до ментального здоров'я. Ми повинні працювати над зменшенням стигми, пов'язаної з психічним здоров'ям, та забезпечити, щоб учасники освітнього процесу відчували зручність у зверненні за допомогою, коли це необхідно.

Ментальне здоров'я – це не тільки проблема індивідуальних осіб, але й загальна відповідальність нашого суспільства. Шлях до покращення ментального здоров'я лежить через освіту, свідомість та взаємопідтримку.

Студентські роки є періодом інтенсивного освоєння знань, викликів та самовизначення. Але, на жаль, в цьому процесі психологічний аспект іноді залишається на задньому плані.

Психологічний простір для студентів – це не просто середовище, в якому вони навчаються, але і платформа для їхнього особистісного розвитку. Важливо розуміти, що студенти переживають значні внутрішні та зовнішні тиски: від навчальних навантажень до впливу соціального середовища. Тому створення психологічної підтримки і безпечного простору стає надзвичайно важливим в умовах воєнного стану .

Перш за все, це означає розвиток культури відкритості та емпатії серед всіх учасників університетської спільноти. Студенти повинні мати можливість вільно висловлювати свої думки та ідеї, знаючи, що їхні голоси будуть почуті.

Далі, це передбачає доступність психологічних послуг та консультування для всіх, хто цього потребує. Психологи закладу освіти мають бути надійними партнерами для студентів у вирішенні їхніх проблем та викликів, незалежно від їхньої природи.

Нарешті, створення психологічного простору для студентів включає в себе розбудову спільноти, де підтримка та розуміння є нормою. Коли студенти

відчувають, що їх оточують люди, які розуміють їхні потреби та допомагають їм зростати, вони стають більш впевненими та успішними.

Отже, відкриття психологічного простору для студентів – це не просто питання благополуччя, але і стратегічний крок для забезпечення їхнього успіху в навчанні та житті. А наша спільна робота спрямована на те, щоб зробити цей простір якомога більш відкритим, підтримуючим і збагаченим для кожного студента.

ІІІ. ТРАНСФОРМАЦІЯ ОСВІТИ: ЯК СУЧАСНІ УМОВИ ВПЛИВАЮТЬ НА МЕТОДИ ТА ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕДИЧНИХ СЕСТЕР НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ

Наталія ПОПОВИЧ,
здобувач освіти
Popovych_Na@ifnmu.edu.ua
Галина ГВОЗДЕЦЬКА, викладач
GvozdetskaG_0310@ukr.net
фаховий медичний коледж
Івано-Франківського національного медичного університету,
м.Івано-Франківськ, Україна

Комунікативна компетентність виступає однією з основних складових високого професіоналізму фахівців медичного профілю, і визначає конкурентноспроможність медсестри/медбрата на ринку праці в України та за її межами. Особливістю формування навичок міжособистісного спілкування студентів-медиків є те, що підготовка відбувається не тільки в аудиторіях, а й безпосередньо у закладах охорони здоров'я.

Під час вивчення тематики «Основи комунікації в медсестринстві» проводиться професійний комунікативний тренінг, який передбачає засвоєння специфічних знань, умінь, навиків професійного спілкування через розуміння особливостей професійного середовища, його об’єктів і взаємодії з ними медичної сестри. Метою даного тренінгу для майбутніх медичних сестер є формування сукупності психологічних знань, необхідних для роботи з пацієнтами, і спеціальних навиків: уміння встановлювати контакт, слухати, інтерпретувати невербальні сигнали, керувати ходом бесіди, формулювати правильно запитання. Важливим аспектом також є опанування способів керування власними емоціями, зберігати впевненість, контролювати вербальні й невербальні реакції і власну поведінкову реакцію. Адекватна

комунікація передбачає правильне розуміння пацієнта й відповідну до ситуації реакцію на його поведінку: незалежно від того, у якому душевному стані перебуває пацієнт, відчуває він гнів, сум, відчай, тривогу, чи, навпаки, піднесення й оптимістичний настрій, медсестра повинна уміти з ним ефективно взаємодіяти для досягнення власних професійних цілей. А від того, як складаються стосунки між медсестрою і пацієнтом, залежить ефективність догляду, лікування та одужання в цілому. Під час тренінгу засвоюємо навики успішного проведення інтерв'ю із пацієнтом у форматі первинної консультації. Велика увага звертається на формування вмінь знімати тривожний стан пацієнта і формувати довіру до медсестри; впевнено й переконливо презентувати план догляду, обґрунтовувати необхідні рішення щодо незалежних, залежних та взаємозалежних втручань, попереджати конфлікти й скарги пацієнтів, уникаючи стресів і професійного вигорання медсестри. Опановуються навики створення довіри до себе, клініки в цілому, адекватної реакції на запитання й очікування пацієнтів. В парах відпрацьовуються прийоми початку бесіди з пацієнтом, починаючи з питань загального характеру, що дають повну свободу для відповідей (Що привело Вас до нас? Чому Ви обрали нашу клініку?), і завершуючи фразами, які орієнтовані на формування довіри до медсестри та закладу. Після засвоєння даної вправи, ми приступаємо до виконання вправи «Стан пацієнта». Перед початком вправи звертаємо увагу на те, що: а) здоров’я і зовнішній вигляд людини належать до найбільш значущих суб’єктивних цінностей особистості – і певні проблеми із ними посилюють переживання пацієнта; б)працюючи в інтимному особистісному просторі людини, медична сестра повинна постійно контролювати й прогнозувати динаміку стану пацієнта, підтримувати довірливі стосунки упродовж всього періоду перебування під спостереженням; в) завданням цього етапу комунікації є зняття тривожного стану пацієнта. Взагалі, вміння керувати стресом пацієнта запобігає емоційному вигоранню медичної сестри чи лікаря. Здобувачі

відпрацьовують в парах техніку інтерв'ю першої консультації. Після отримання перших відповідей застосовуються універсальні техніки активного слухання. На цьому етапі засвоюється алгоритм проведення консультації, оволодіння прийомами активного слухання. Серед загальних правил спілкування важливими є невербальні сигнали, які є ефективним засобом для встановлення довірливих стосунків, але слід не порушувати особистісного простору пацієнтів, дружніх жестів, поплескувань по плечу або рукостискань. Пріоритетним невербальним сигналом виступає зоровий контакт, за допомогою якого медична сестра дає можливість зрозуміти пацієнту, що вона щиро прагнете допомогти йому, і він може їй довіритися. Учасники опановують провідну систему сприйняття пацієнта через слова-маркери, які допомагають краще зрозуміти його. На етапі первинної консультації медична сестра повинна при встановленні контакту слухати й запам’ятовувати перші слова пацієнта, щоб надалі відповідати йому в тому ж темпі, зі схожою інтонацією, що забезпечує в подальшому контроль інтерв'ю з пацієнтом; ставити питання, що вимагають розгорнутих відповідей, уникати пауз, перебирати ініціативу на себе, підводити пацієнта до мети консультації. Основними критеріями ефективності бесіди з пацієнтами є встановлення контакту – пізнавальний аспект, емоційний аспект, виявлення дійсних та потенційних проблем, обговорення плану догляду та проведення втручань, підведення підсумків бесіди.

Висновок. Вдосконалення комунікативної компетентності майбутніх медичних сестер та братів дасть можливість стати конкурентноспроможним працівником на ринку праці, а також покращить медсестринський догляд за пацієнтом.

ВПРОВАДЖЕННЯ МАЙСТЕР-КЛАСУ ПРИ ВИКЛАДАННІ КЛІНІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

Наталія КОВАЛЬЧУК,
здобувач освіти
natalyakovalchuk@nurse.co.ua
Галина РУСНАК, викладач
grusnak2@gmail.com
Вашковецький медичний фаховий коледж
м. Вашківці, Україна

З початком широкомасштабної війни, розв'язаної російською федерацією на території України, стало життєво необхідним приймати швидкі, нестандартні рішення в організації освітнього процесу.

Однією з ефективних форм розповсюдження власного педагогічного досвіду є майстер-клас. У педагогічній літературі існує кілька десятків визначень поняття «майстер-клас». В першу чергу, майстер-клас - це відкрита педагогічна система, що дозволяє демонструвати нові можливості педагогіки розвитку і свободи, що показує способи подолання консерватизму і рутини. З цієї точки зору майстер-клас відрізняється від інших форм трансляції досвіду тим, що в процесі його проведення йде безпосереднє обговорення запропонованого методичного продукту і пошук творчого вирішення педагогічної проблеми як з боку учасників майстер-класу, так і з боку майстра (під Майстром ми маємо на увазі педагога, який проводить майстер-клас).

Майстер-клас - це ефективна форма передачі знань і умінь, обміну досвідом навчання і виховання, центральною ланкою якої є демонстрація оригінальних методів освоєння певного змісту за активної ролі всіх учасників заняття. Майстер-клас - це особлива форма навчального заняття, яка заснована на «практичних» діях показу і демонстрації творчого вирішення певного пізнавального та проблемного педагогічного завдання.

На базі Вашковецького медичного фахового коледжу протягом останніх

років активно впроваджувались різноманітні методи активного навчання, особливо на клінічних дисциплінах, де студенти формують основні навички майбутньої практичної діяльності. Викладачами клінічних дисциплін проводяться майстер- класи з демонстрацією практичних навичок як на муляжах, фантомах так і на статистах. Серед них у березні 2024 був проведений майстер клас з предмету «Невідкладні стани в педіатрії» на тему: «Гостра дихальна недостатність у дітей в надзвичайних умовах», що важливо під час проведення військових дій на території України. У ході майстер – класу студентами 4 курсу відділення «лікувальна справа» на початку була продемонстрована презентація, де були висвітлені основні аспекти даної теми. Безпосередньо невідкладна допомога з використанням практичних навиків була продемонстрована як на статистах так і на муляжах та фантомах. Студентами 4 курсу було продемонстровано тактику фельдшера в умовах екстрених ситуацій (під час перебування в укритті, при пожежі, при авіа бомбардуванні).

Проводячи майстер-клас ми прагнули передати знання, і намагались зробити учасників заходу активними, розбудити в них те, що приховано навіть від них самих, зрозуміти і усунути те, що заважає їхньому саморозвитку. Всі завдання і дії майстер-класу спрямовані на те, щоб учасникам створити таку атмосферу, де вони проявили б себе як творці.

РЕАЛІЗАЦІЯ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

Яна БУРЛАКА ,
здобувач освіти
bella.strong.ua@gmail.com
Тетяна ЛЕСИК, викладач
tanua.lesik@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

24 лютого 2022 року відбулось повномасштабне вторгнення РФ до України, яке призвело до багатьох великих змін у різних галузях нашої держави, зокрема й галузі освіти. У перші години наступу адміністрація усіх закладів освіти отримала наказ про переведення учнів та студентів на дистанційний формат навчання, та невдовзі навчання було відновлено повністю. Освітній процес у Чернівецькому медичному фаховому коледжі завжди був і залишається рушійною силою величної перемоги, тому розширення можливостей і способів навчання стало першою складовою плану.

Відновлення навчання зумовило виникнення потреб у покращенні опанування дисциплін військового спрямування, а саме поглиблення вивчення такої компоненти, як "Захист України", проведення різних практичних конференцій, тренінгів, майстер-класів. Сьогодні тренінг є не тільки одним з найбільш поширених та ефективних методів засвоєння теоретичного матеріалу, але і дієвим засобом оволодіння професійними компетентностями. Тренінг – це активний метод отримання нової інформації, теоретичних знань з практичною перевіркою запропонованих умінь та навичок у безпечному середовищі.

Чернівецький медичний фаховий коледж не стоїть осторонь, а приймає активну участь у організації та проведенні заходів такого формату. Тож у вересні 2023 року було проведено ряд тренінгів з тактичної медицини під назвою «Надання невідкладної допомоги та евакуація поранених з поля бою», в яких взяли участь понад 50 студентів. Організаторами заходу були викладачі дотичних дисциплін та куратори груп. Студенти мали змогу освоїти та відпрацювати навички, які в наш час являються базою, необхідною кожному громадянину, а саме:

1. Знайомство з основами домедичної допомоги під час бойових дій.
2. Зони та етапи надання допомоги.

3. Медичне сортування.

4. Алгоритм MARCH. Початковий алгоритм дії при наданні першої невідкладної допомоги під час військових дій.

5. Проведення медичного сортування.

6. Знайомство з аптечкою iFAK та її вмістом.

7. Огляд місця події. Виявлення небезпечних факторів, що загрожують життю.

8. Евакуація.

Протягом 2023-2024 н. р. здобувачі освіти Чернівецького медичного фахового коледжу брали участь у тренінгах з наданняпершої домедичної допомоги, з базової підтримки життя при гострій зупинці кровообігу та тимчасової зупинки кровотечі. Також викладачами хірургічних дисциплін систематично проводяться тематичні практичні тренінги для учнів та вчителів закладів освіти в ОТГ Чернівецької області.

Наразі організація практичних тренінгів триває й надалі, що обумовлює підготовку не тільки студентів та школярів, а й всіх охочих, хто прагне досягти певних знань та опанувати професійними вміннями, що можуть бути використані в екстрених та надзвичайних випадках, що на жаль, у наш час може трапитись з кожним.

ІНТЕНСИФІКАЦІЯ ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ НА ЗАНЯТТЯХ З ПЕДІАТРІЇ: КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД

Дар'я РОМАНОВА, викладач
romanova@med.cc.ua
Кам'янський фаховий медичний коледж,
м. Кам'янське, Україна

«Коли людина мислить, вона має сумнів, але вона впевнена, коли діє», – Анатоль Франц. Цей вислів яскраво відображає роботу медичних працівників, адже саме впевнені та правильні дії рятують життя.

Отримання якісних теоретичних та практичних знань є надзвичайно

важливим для майбутніх медиків. Проте, практичні навички та вміння впевнено їх застосовувати мають значно більшу цінність, коли молодий фахівець виходить зі стін навчального закладу у самостійне професійне життя.

Теоретичні знання без практики – це лише фундамент без будівлі. Навіть найглибші знання не допоможуть, якщо людина не вміє їх використовувати. Якісна практична підготовка майбутніх медичних працівників є ключовою для забезпечення належної медичної допомоги, особливо дитячому населенню.

В умовах сьогодення перед викладачами постає необхідність посилення практичної складової навчання для формування необхідних компетентностей у здобувачів освіти.

Для інтенсифікації практичної підготовки на заняттях з педіатрії пропонується комплексний підхід.

Організація симуляційних сценаріїв клінічних кейсів. Застосування реалістичних клінічних сценаріїв дозволяє здобувачам освіти відпрацьовувати різноманітні практичні ситуації від догляду за новонародженим до надання екстреної допомоги при загрозливих станах у безпечних симуляційних умовах. Це сприяє формуванню клінічного мислення та навичок прийняття рішень.

Відпрацювання навичок з інших дисциплін. Інтеграція в педіатричну практику практичних маніпуляційних навичок, отриманих при вивченні суміжних дисциплін (виконання ін'єкцій, заборів біоматеріалу, вимірювання фізіологічних показників тощо), допомагає сформувати цілісне уявлення про комплексний підхід до ведення пацієнтів.

Рольові ігри для комунікативних навичок. Імітація реальних клінічних ситуацій із розподілом ролей (лікар, пацієнт, батьки) допомагає здобувачам освіти напрацювати навички ефективної комунікації, взаємодії в команді, емпатії та впевненості при спілкуванні.

Манекени та симуляційні ляльки. Використання високореалістичних манекенів та ляльок дозволяє здобувачам освіти віддзеркалити клінічну ситуацію та відпрацьовувати широкий спектр педіатричних маніпуляцій від догляду до реанімації в максимально наближених до реальності умовах.

Акцент на етиці та психосоціальних аспектах. Формування емпатії, розуміння психологічних і соціальних факторів при наданні медичної допомоги дітям та їх сім'ям є невід'ємною складовою підготовки висококваліфікованих фахівців та розвитку їх soft skills.

Післядіагностичний догляд та оцінка результатів. Навчання здобувачів освіти оцінювати результати лікування, відстежувати ефективність наданої допомоги сприяє формуванню відповідальності та прагнення до постійного професійного вдосконалення.

Практичні тренінги та майстер-класи. Залучення здобувачів освіти до проведення практичних тренінгів та майстер-класів для некваліфікованого населення сприяє підвищенню майстерності студентів у публічних виступах, доступному поясненні медичних питань та покращенню практичних навичок.

Запропонований комплексний підхід, що включає організацію симуляційних сценаріїв, інтеграцію навичок з суміжних дисциплін, рольові ігри, використання манекенів, акцент на етичних і психосоціальних аспектах, післядіагностичний догляд та практичні тренінги, дозволяє інтенсифікувати практичне навчання здобувачів освіти на заняттях з педіатрії в сучасних реаліях; сприяє формуванню компетентних фахівців, здатних надавати якісну медичну допомогу дітям одразу після завершення навчання та гарантує успішний професійний розвиток.

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ З ХІРУРГІЇ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ

Сергій ГОРЯІНОВ, викладач
goryainov@med.cc.ua
Кам'янський фаховий медичний коледж,
м. Кам'янське, Україна

Сучасна медицина характеризується динамічним розвитком, імплементацією новітніх технологій, методик та стандартів лікування. Відповідно, від медичних працівників вимагаються не лише ґрунтовні теоретичні знання, але й досконалі практичні навички. Якість медичної допомоги значною мірою залежить від рівня практичної підготовки медичного персоналу на етапі здобуття професійної освіти.

Удосконалення методик навчання та впровадження інноваційних технологій у процес підготовки здобувачів медичної освіти набуває неабиякої важливості.

Новітні підходи до практичної підготовки з хірургії, що ґрунтуються на використанні кабінету доклінічної практики та застосування інтерактивних методів навчання, зокрема симуляцій, дозволяють суттєво підвищити якість підготовки студентів-медиків, сформувати належні компетентності, впевненість та готовність до роботи в реальних клінічних умовах.

У кабінеті доклінічної практики студенти відпрацьовують критично важливі маніпулятивні навички: зупинку кровотечі, накладання пов'язок, надання першої допомоги при переломах, серцево-легеневу реанімацію на муляжах. Вони досягають автоматизму у правильному застосуванні джгута, турнікета та підручних засобів у надзвичайних ситуаціях.

Після опанування базових навичок зупинки кровотечі увага фокусується на відпрацюванні технік накладання пов'язок різної складності на різні ділянки тіла. Наступним етапом є вивчення методів надання допомоги при переломах, розгляд основних типів переломів, симптомів та особливостей

первинної допомоги.

Для відпрацювання навичок серцево-легеневої реанімації використовуються спеціалізовані муляжі. Студенти не лише опановують теоретичні основи, але й активно практикуються для забезпечення високої ефективності дій у реальних надзвичайних ситуаціях.

Симуляційні методики є важливою складовою сучасної підготовки студентів-медиків, оскільки дозволяють імітувати реальні клінічні ситуації без ризику для пацієнтів. Такий підхід сприяє формуванню практичних навичок, розвитку критичного мислення та швидкості реагування.

У рамках симуляцій студенти відпрацьовують різноманітні сценарії, зокрема надзвичайні ситуації, такі як травматичні ушкодження після аварії, що вимагає швидкого реагування, визначення пріоритетів та надання першої допомоги. Також можливе симулювання менш критичних, але не менш важливих ситуацій: спілкування з пацієнтом, ведення медичної документації, взаємодія з колегами у стресових умовах.

Особливу увагу приділено симуляціям невідкладних станів, де студенти відпрацьовують реакції на серцеві зупинки, анафілактичні шоки та інші екстрені випадки, коли кожна секунда має вирішальне значення.

Симуляції, особливо в команді, сприяють розвитку комунікативних навичок та формуванню навичок командної взаємодії, готуючи студентів до реального медичного середовища, де взаєморозуміння та злагоджена робота колег є важливими. Такий досвід дозволяє студентам набути впевненості у своїх діях і підготуватися до майбутньої професійної діяльності.

Інноваційні підходи до практичної підготовки з хірургії студентів-медиків забезпечують формування необхідних професійних компетентностей та адаптацію до реалій майбутньої професійної діяльності. Якість такої підготовки безпосередньо впливає на рівень безпеки та якості медичної допомоги для пацієнтів.

.

ВПЛИВ СУЧАСНИХ УМОВ НА МЕТОДИ ТА ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

Крістіна ЧУБАР,
здобувач освіти
kristinacubar0@gmail.com
Світлана ТРІСКА, викладач
svitlana.triska@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Спершу пандемія, а зараз війна поставили нас в нові реалії, вони страшні і трагічні, але для Перемоги необхідно працювати, згуртовуватися, здобувати глибокі знання. Перед закладом освіти та здобувачами постало безліч викликів:

- дистанційне навчання
- постійна небезпека(повітряні тривоги)
- нестабільність умов навчання та психоемоційний стан викладачів та студентства
- перебої або відсутність інтернет зв'язку та електропостачання
- евакуація майна закладу
- вимушене зовнішнє та внутрішнє переміщення учасників освітнього процесу
- подвійне навчання здобувачів освіти
- необхідність підвищення рівня володіння потрібними цифровими компетентностями усім учасникам освітнього процесу та батькам
- зниження інтересу та мотивації до навчання здобувачів освіти, що поставило під загрозу якість освіти.

Для подолання цих викликів пріоритетним завданням функціонування закладу стало забезпечення безпечних умов для всіх учасників освітнього процесу, посилення заходів особистої безпеки учасників освітнього процесу, постійна психологічна та емоційна підтримка, налагодження чіткої комунікації та зворотнього зв'язку між викладач-здобувач-батьки.

Прийшлося обирати найбільш оптимальний формат освітнього процесу, переосмислювати традиційні підходи до діяльності закладу освіти, був забезпечений доступ до освітнього контенту з використанням технологій дистанційного навчання.

Проводиться постійна мотивація здобувачів освіти до освітньої діяльності різними засобами навчання, підвищується ефективність та якість освіти за допомогою цифрових ресурсів, розробляються рекомендації та доступні роз'яснення для здобувачів освіти та батьків.

Враховуючи постійну тривогу за своїх дітей батьки, як ніколи, стали партнерами у навчанні. Партнерська взаємодія виявляється в активній участі в процесі навчання, здійсненні контролю та підготовки щодо синхронного та асинхронного режимів навчання, спільному оволодінні новими цифровими технологіями та інше.

Наша освіта сьогодні, це запорука успішного завтра для України. Дуже важливим є формування у майбутнього медика власної стійкої системи соціальних та професійних цінностей та ціннісних орієнтацій, які складають основу мотивації поведінки та відображають внутрішню основу відносин особистості з реальністю. Компетентнісний підхід забезпечує усвідомлення майбутнім фахівцем своїх спонукань, прагнень, ціннісних орієнтацій, мотивів, уявлень про свої соціально-професійні ролі, аналіз та оцінку особистісних якостей знань, умінь, навичок, та системне регулювання на цій основі саморозвитку і діяльності. Компетентнісна модель є моделлю майбутньої ефективної діяльності, соціальної взаємодії та вміння адаптуватися до життєвих та професійних викликів.

Отже, пріоритетними напрямками в здобутті освіти залишаються:

- забезпечення сприятливого та безпечного освітнього середовища для всебічного розвитку особистості здобувачів в умовах сьогодення;

- посилення діяльності , спрямованої на підтримку всіх учасників освітнього процесу, зокрема з урахуванням їх індивідуальних особливостей, запитів, потреб для відновлення ментального та психоемоційного стану;
- посилення національно-патріотичного та громадського виховання студентської молоді;
- продовження просвіти з питань особистої безпеки та домедичної допомоги;
- удосконалення цифрової компетентності , культури кібербезпеки суб'єктів освітнього процесу, їх адаптація в цифровому освітньому середовищі;
- психолого-педагогічний і корекційно-розвивальний супровід дітей з ООП в умовах різних фори навчання.

МАЙСТЕР-КЛАС ЯК СПІВПРАЦЯ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ ТА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ

Максим ДОМІТРАЩУК,
здобувач освіти
maximdomitrashyk@gmail.com
Наталія Сащук, викладач
sashuk.n@gmail.com
Вашковецький медичний фаховий коледж
м. Вашківці, Чернівецька обл., Україна

Навчання у співробітництві (cooperative learning - CL) – один із напрямків модернізації, осучаснення медичної освіти.

Основна ідея навчання у співробітництві: допомагаючи іншим, вчимося самі – створює рівні умови кожному студенту та учню, дає можливість успішно засвоювати освітні програми, маючи неоднаковий освітній рівень підготовки та особистісні інклюзивні особливості у засвоюваності знань. Ефективність методу - CL забезпечується об'єднанням чотирьох головних педагогічних ідей: навчання в колективі, навчання в малих групах,

самооцінка та взаємооцінка.

Протягом кількох років група студентів Вашковецького медичного фахового коледжу під контролем викладачів проводили майстер-класи надання першої домедичної допомоги потерпілим в надзвичайних ситуаціях. Ці заходи відбувалися у різних освітніх закладах Вижницького, Кіцманського, Косівського районах Чернівецької та Івано-Франківської областей, вони були підготовлені для школярів, студентів і звичайних цивільних громадян, які мають бажання навчитися надавати першу домедичну допомогу в надзвичайних ситуаціях. Студенти готували мультимедійні презентації, демонстрували первинне обстеження та сортування потерпілих для визначення груп пріоритету надання допомоги, транспортування до медичного закладу за системою START, надання домедичної допомоги при зупинці критичної кровотечі, переломах та розміщення потерпілих в стабільному боковому положенні, для попередження ускладнень. Після ознайомчої частини студенти створювали малі групи учнів в кількості 3-5 чоловік і разом з ними проводили свої «майстер-класи», де школярі під контролем студентів вчилися способам зупинки критичної кровотечі з кінцівок: методом прямого тиску на рану, накладання імпровізованого джгута-закрутки, турнікету та джгута Есмарха.

Студенти медичного коледжу також розповідали учням загально-освітніх закладів причини зупинки серцевої діяльності та демонстрували базовий алгоритм серцево-легеневої реанімації. Потім вони в малих групах відпрацьовували навички серцево-легеневої реанімації на тренажерах та фантомах обладнаних комп’ютерною технікою.

Така співпраця була корисною як для школярів, так і для студентів коледжу.

В умовах надзвичайної ситуації здатність надавати ефективну домедичну допомогу може зберегти здоров’я потерпілим та запобігти значним людським втратам.

Навчаючи учнів, студенти коледжу самі вдосконалюють свої знання та вміння.

Демонструючи учням свої вміння, студенти коледжу проводять також і профорієнтаційну роботу. Тому частина школярів може визначитися у виборі своєї майбутньої професії.

При проведенні своїх «майсер-класів» студенти мали змогу тісно спілкуватися з учнями, проявляти свої людські якості: повага до учнів, уважність до висловлювання іншого, можливість пояснити незрозуміле особисто, бажання позбутися сором'язливості при спілкуванні, проявляти позитивні емоції, хвалити за набуті вміння.

Студенти проводили самооцінку та взаємооцінку своїх знань, вміння спілкуватися, бачили свої та помилки учнів, вчилися бути самокритичними та відповідальними.

Тому ідея навчання у співробітництві: допомагаючи іншим, вчимося самі – стала девізом нашого студентського колективу.

Під час наших «Майстер-класів» ми розглядаємо алгоритм сортування потерпілих START, визначення життєво важливих показників потерпілих, зупинку масивних кровотеч шляхом накладання саморобних джгутів-закруток або турнікетів, присвоєння потерпілим певної групи пріоритету, та проведення серцево-легеневої реанімації. Ми навчаємо аудиторію відрізняти важкість ушкоджень та швидко реагувати на надзвичайні ситуації, які можуть виникнути в будь-якому місці та в будь-який час.

Завдяки спільним зусиллям студентів та викладачів нашого коледжу ми продовжуємо надавати необхідні знання та навички нашим співгромадянам, щоб вони були готові без вагань реагувати на будь-які надзвичайні ситуації. В умовах надзвичайної ситуації здатність надавати ефективну домедичну медичну допомогу може зберегти безліч життів та запобігти значним людським втратам і наша місія полягає в наданні достатньої кількості знань для того, щоб кожен громадянин мав можливість стати

рятівником у непередбачуваних обставинах та мав змогу навіть врятувати комусь життя.

МЕДСЕСТРИНСТВО ЯК КЛЮЧОВИЙ КОМПОНЕНТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ

Тетяна ДЕБА,
здобувач вищої освіти
debatetana78@gmail.com
Ірина НОВИЦЬКА, к.мед.н.
novitskaja.ira@ukr.net
Ніна БЕДИК, викладач
bedik.nina@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Одним із пріоритетів Уряду України є: охорона, збереження та зміцнення здоров’я та благополуччя населення. Відповідно до стратегічного плану запровадженої реформи сфери охорони здоров’я (надалі в контексті – СОЗ), зокрема медсестринства, Україна йде важким шляхом.

У світі підходи до сестринської справи (надалі – СС) як науки, власне до її визначення, функцій і форми організації медсестринського персоналу відмінні в різних державах, і залежать від особливостей національної культури, моделі СОЗ, демографічної ситуації та ін. факторів. Але місія медсестринства унікальна для всіх – покращення якості медичної допомоги (надалі – ЯМД).

Європейська конференція із СС (Відень, 1988) зазначила «…без сестер медичних немає майбутнього». За даними Електронної системи ОЗ наприкінці 2021 р. в Україні працювало майже 300 000 сестер медичних та братів (надалі – СМ), з яких 92% – жінки. Головними обов'язками СМ, як помічників лікаря в закладах охорони здоров’я (надалі – ЗОЗ), є турбота про

пацієнта, виконання лікарських призначень, здійснення медсестринського процесу.

Переосмислення цінностей медсестринського фаху в суспільстві відбулось в країні за жахливих умов пандемії *COVID-19 та масштабної військової агресії росії.* Саме сестри медичні та брати, фельдшери, акушерки борються за життя та здоров'я пацієнтів на полі бою, в госпіталях і лікарнях, і часто за будь-яких обставин, таких як повітряна тривога, бомбардування, в домашніх умовах.

В історичному аспекті, однією із засновниць СС є реформаторка британської СОЗ сестра милосердя Флоренс Найтінгейл. Вона під час Кримської війни організувала загін сестер та зайняла посаду управителя штатом з догляду за хворими госпіталю **(«леді-начальник»).** У 1860 р. надрукувала керівництво **«Нотатки про догляд: яким він є і яким не повинен бути»,** та відкрила власну школу для навчання сестер з догляду при Лондонській лікарні святого Фоми. У той період були розроблені науково-обґрунтовані програми, слухачі проходили практику, складали іспит та отримували документ про закінчення школи. Вона вперше вказала на особливі відмінності освіти та діяльності між лікарським фахом та СС, з обґрунтуванням потреби в практичній та науковій підготовці, оволодінні спеціальними знаннями та навичками медсестринської допомоги.

Згідно з визначенням Міжнародної ради сестер медичних: «…сестринська справа – догляд за людьми різного віку, груп і громад, хворих або здорових, і в будь-яких країнах. СС включає в себе пропаганду і підтримку здорового способу життя, профілактики захворювань та догляду за хворими, інвалідами чи помираючими». Ключовими ролями СМ є освіта, та участь у сприянні безпечному довкіллю, наукових дослідженнях, формуванні політики та управління СОЗ.

В Україні професійне навчання за спеціальністю «Сестринська справа» відбувається в закладах фахової передвищої та вищої освіти, і є основною

дисципліною з орієнтиром на формування компетентностей (базових, професійних); навичок проведення медсестринського процесу, медсестринської, психосоціальної та невідкладної допомоги. Мета та функції сестринської справи наведені в табл. 1.

Таблиця 1

Мета та функції сестринської справи

Мета	Функції
- роз'яснення населенню та адміністрації ЗОЗ важливості СС на сучасному етапі - використання медсестринського потенціалу з розширення професійних обов'язків та надання медсестринських послуг для задоволення потреб населення - безперервне навчання з підготовки кваліфікованих СМ на рівні післядипломної освіти упродовж життя - формування якості стилю мислення у СМ	- медсестринський догляд та здійснення медсестринського процесу - навчання пацієнтів та їх родин самодопомозі, навичкам збереження і відновлення здоров'я - надання послуг з медичної допомоги - розвиток медсестринської практики та проведення медсестринських досліджень

Завдання сестринської справи:

- розвиток і розширення організаційних та управлінських резервів у роботі з кадрами;
- консолідація професійних зусиль щодо медичного обслуговування населення;
- забезпечення кваліфікації і професійних навичок персоналу;
- розробка і впровадження нових технологій;
- надання консультативної допомоги;
- забезпечення високого рівня медичної інформації;
- ведення санітарно-просвітницької та профілактичної допомоги;
- проведення науково-дослідницьких робіт;
- створення власних медсестринських стандартів.

В умовах реформи освіти та ОЗ особлива увага зосереджується на принципі «доказового медсестринства» (надалі – ДМ) із застосуванням

сучасніших, ефективних, безпечних та економічно доречних технологій, які повинні зосереджуватись на консолідації дослідницьких даних, клінічному досвіді та цінностях пацієнта, – тобто практиці, що базується на доказовому менеджменті та пацієнтоцентрованості. Отже, ДМ слід розглядати у контексті ЯМД з метою формування нової генерації фахівців СС із широким спектром компетентностей. Основ[illegible]

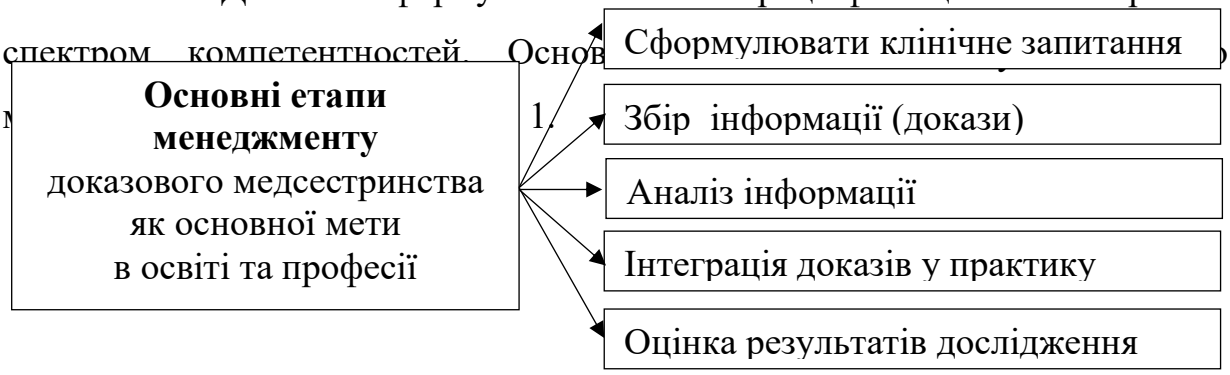

Рисунок 1. Основні етапи менеджменту доказового медсестринства

Сестра медична – фахівець, що оберігає, захищає і турбується, піклується про здорових та хворих пацієнтів. Основними професійним вимогами до СМ є:

1. Медсестринська діагностика: проведення суб'єктивного та фізичного обстеження пацієнта любого віку, вагітної чи породіллі, паліативного пацієнта, оцінка отриманих даних, виявлення та вирішення проблем.

2. Технологічна: забезпечення санітарно-протиепідемічного режиму, інфекційної безпеки та контролю, проведення заходів особистої гігієни тощо.

3. Виробнича: стабілізація функціонального стану пацієнта, виписування, зберігання і застосування фармакологічних засобів, харчування, застосування фізіотерапевтичних методів, підготовка до лабораторних та інструментальних досліджень, догляд за пацієнтами різного віку, надання невідкладної долікарської допомоги, транспортування тощо.

4. Профілактична: організація та проведення санітарно-просвітньої роботи, диспансерний нагляд за здоровими і перехворілим населенням, проведення щеплень.

5. Організаційна: наставництво, моніторинг сучасних знань;

менеджмент в медсестринстві, лідерство та комунікація.

6. Діловодство та оформлення медичної документації.

Щодо морально-етичних вимог до СМ як особистості, то її діяльність характеризується стандартами, які визначають об'єм, цінність та якість:

- моральні: чуйність, витриманість, терпіння, ввічливість, привітність, доброчинність, чесність, співчуття та почуття власної гідності.

- естетичні: простота, скромність, охайність, уміння створити спокійну обстановку в лікувальному закладі.

- інтелектуальні: професійна ерудиція, спостережливість, здатність до логічного та критичного мислення під час застосування медсестринського процесу, виконанні діагностичних та лікувальних маніпуляцій і процедур.

Одним із напрямків реформування медичної освіти – запровадження триступеневості та її безперервності, структуру якої наведено в табл.2.

Таблиця 2

Структура ступеневої підготовки сестри медичної

Галузь знань - 22 Охорона здоров'я Спеціальність 223 Медсестринство		
Освітня кваліфікація	**Рівень освіти**	**Ступінь освіти**
Сестра медична	Початковий рівень вищої освіти	Молодший спеціаліст
Бакалавр медсестринства	І рівень (бакалаврський)	Бакалавр
Магістр медсестринства	ІІ рівень (магістерський)	Магістр
Вищий	Аспірантура	Доктор філософії

Ступенева підготовка забезпечує взаємодію попередніх підсистем (освіти на нижчому рівні), що дозволяє майбутньому професіоналу отримати не тільки освітній та кваліфікаційний рівень, але й професійно спрямовану інформаційну базу, навички комунікації, інтуїції, управської діяльності в складних ситуаціях та ін. соціокультурні цінності. Поява в структурі вищої освіти професіонала СС освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» і «магістр» – це потужний поштовх для розвитку, вдосконалення та модернізації СОЗ, з погляду на інформатизацію, стрімкий науково-технічний прогрес й появу сучасного високовартісного високотехнологічного

обладнання, попит на фахівців-управлінців з менеджменту медсестринською практикою в ЗОЗ та соціальних службах. Адже стратегічним напрямком реформи є підвищення ЯМД, що набуло більш високої актуальності в умовах пандемії та війни. Хочемо зауважити, що з погляду на кваліфікаційну характеристику бакалаврів та магістрів медсестринства, основний акцент зосереджений на підготовці фахівців-менеджерів в ЗОЗ, а не на делегування клінічного функціоналу СМ, відповідно до стратегії реформування медсестринства та сучасні світові тенденції. На наш погляд, в основі такого ставлення до СМ є скепсис до наявних компетентностей фахівця, із домінуванням застарілої традиційної моделі та ролі СМ з надання медичних послуг; браку бачення стратегії реформування медсестринства, її місця та розвитку, або, що ще гірше: некомпетентності, байдужості та відсутності політичної волі управлінської ланки МОЗу. Адже, як зазначено в основних документах ОЗ, забезпечення якісної СОЗ повинно відповідати основним принципам: безпека, пацієнтоцентрованість, ефективність, підзвітність, доступність, неупередженість та партнерство. І досягти основної мети реформування, на наш погляд, без реформування медсестринства неможливо, в контексті забезпечення комплексності реформи.

Закцентуємо, що одним із напрямів реформи є безперервний професійний розвиток упродовж життя – саморозвиток фахівця в парадигмі освіти: від колективного методу «для всіх знання однакові» до принципу Гумбольта, як стратегії та інноваційного розвитку особистості з інтеграцією досвіду та знань в СС.

Саморозвиток, згідно аналізу філософських, психологічних, педагогічних досліджень, це – внутрішній процес самозміни системи, під впливом власних протиріч, вищий рівень саморуху. При цьому система, що саморозвивається, має бути відкритою, оскільки внутрішні ресурси не зможуть забезпечити тривале її існування. Отже, саморозвиток – цілеспрямований процес удосконалення фахівця-професіонала, що

визначається метою людини. Мотивація (від. лат. movere - рухатися) – сукупність мотивів доказів для обґрунтування чогось. Це спонукання до дій, динамічний процес фізіологічного та психологічного впливу, що керує поведінкою людини, і який визначає її організованість, активність та стійкість; стимулює задовольняти свої потреби. Самоменеджмент – саморозвиток на тлі мотивації, що сприяє самореалізації – вимога Стандарту фахової передвищої та вищої освіти (надалі – Стандарт).

СС повинна базуватися на власній науці та особистісному зростанні. Як зазначено в Стандарті, здобувачі повинні опанувати спеціальні компетентності (№ 16-19 Стандарту) із проведення наукових та прикладних досліджень, отримання доказових даних в СС, з акцентом на професійну та академічну доброчесність, відповідальність за достовірність результатів. Ці навички дозволять готувати публікації, доповіді чи тези для конференцій, резюме чи стислого огляду профільних публікацій (дайджест), спічрайтинг (підготовка і написання текстів для усних виступів перед аудиторією) тощо.

Згідно з Постановою КМУ від 14.07.2021 № 725 «Положення про систему безперервного професійного розвитку медичних та фармацевтичних працівників» (надалі – Положення), документу, що набрав чинності 1.01.2022 р. та ін. наказів МОЗ України, всі медпрацівники можуть та повинні вдосконалювати свої знання та вміння шляхом безперервного професійного розвитку (надалі – БПР); отримувати бали та використовувати їх під час періодичної атестації. Відповідно до Положення, вільний вибір тематики заходів та формату навчання, на відміну від застарілих та неефективних теперішніх методів післядипломної освіти, повинні би були удосконалити засади самоосвіти, які б спрямували фахівця до найважливішого аспекту забезпечення поліпшення якості та ефективності надання медсестринських послуг.

В умовах пандемії та війни в державі, на рівні громади та окремої людини суспільства відбулося переоцінювання значущості медсестринської

професії, та терміновості реформування чи запровадження значущих проблемних напрямків самоосвіти в СС. До прикладу, це: військові травми, психічне здоров'я та психосоціальна підтримка, ефективна комунікація, паліативна та хоспісна допомога, інклюзія, медична реабілітація та ерготерапія, комп'ютерна грамотність тощо. Хочемо зауважити, що підвищення ефективності та оптимізації надання медсестринських послуг в країнах з розвинутою СОЗ, частка участі сестер медичних у практичній медицині наближується до 80%.

На жаль, запровадження БПР для медичних сестер загальмувався, не почавшись. Гасло «розвиток та розширення ролі та повноважень» сестри медичної залишились наразі як «гарна ідея». А перспектива самостійної медсестринської практики та делегування повноважень взагалі є незрозумілими на рівні нормативно-правової бази МОЗ України.

На наш погляд, БПР при формуванні кадрового потенціалу медсестринства як ключового компоненту менеджменту ОЗ, навички наукової роботи впливатимуть на критичне мислення професіонала, і спричинить поштовх для оптимізації та вдосконалення догляду, профілактичних, лікувальних, реабілітаційних та паліативних заходів в ЗОЗ та соціальних службах, що забезпечить покращення ЯМД, зменшення навантаження на лікаря, формування самостійності в професії, відповідно до стандартів високорозвинених країн та мети реформи СОЗ України, зокрема медсестринства.

Отже, усе вищезазначене вимагає термінових політичних рішень щодо реформування медсестринства та попередження ризиків погіршення доступу до якісних медичних послуг й медичної допомоги населенню. Без негайної реформи медсестринства, зокрема запровадження БПР, модернізації підготовки фахівців середньої ланки охорони здоров'я, перегляду повноважень з поступовим їх розширенням шляхом делегування окремих функцій, система реорганізації медичної допомоги населенню України може

стати неефективною, логічно не послідовною та економічно збитковою, із погіршенням ситуації на національному та регіональному рівнях чи окремого члена суспільства, з безперечною втратою набутих досягнень та цінностей в медсестринстві.

МЕТОДИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ В МЕДСЕСТРИНСТВІ, ЯКІ ВИКОРОСТОВУЮТЬСЯ В ЧЕРНІВЕЦЬКОМУ МЕДИЧНОМУ ФАХОВОМУ КОЛЕДЖІ

Олександра САПОЖНІКОВА,
здобувач освіти
sapoznikova407@gmail.com
Тетяна БОЙЧУК, к. мед. н.
tetyanaboychuk1@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

У галузі медсестринства, що постійно розвивається, важливість ефективних методів викладання та навчання важко переоцінити.

Методи викладання та навчання в Чернівецькому медичному фаховому коледжі спрямовані на набуття знань, вмінь та навичок, необхідних для компетентної медсестринської практики. Ці методи включають лекції, практичні демонстрації, групові дискусії та симуляції.

Часто динамічне та складне середовище охорони здоров'я вимагає від медичних фахівців володіння широким спектром навичок і всебічного розуміння багатьох медичних проблем. Отже, ефективні методи викладання та навчання мають вирішальне значення у підготовці здобувачів до майбутньої професійної діяльності.

Під час вивчення освітньої компоненти «Догляд за хворими та медична маніпуляційна техніка» викладачі застосовують ефективні методи викладання та навчання, що допомагають нам краще зрозуміти потреби пацієнта й відповідно надати якісний догляд.

У симуляційних кабінетах медсестринських втручань ми навчаємося на основі моделювання. Викладачі дають нам можливість отримати практичний досвід, потренуватися та вдосконалити процедури на симуляторах в безпечному середовищі перед початком роботи з реальними пацієнтами.

Крім того, під час теоретичних занять, замість того, щоб покладатися виключно на традиційне лекційне навчання, викладачі представляють нам складні приклади пацієнта. Нам, студентам, пропонується проаналізувати цей випадок, визначити потенційні проблеми та запропонувати стратегії втручання. Це не тільки покращує розуміння освітньої компоненти, але й відточує навички вирішення проблем, що є критично важливим для успішної медсестринської практики.

Через активне навчання викладачі залучають нас безпосередньо до процесу навчання. Це формує почуття зацікавленості, покращує академічну успішність, сприяє розвитку професійних компетентностей, розвиває критичне мислення під час негайного зворотного зв'язку через практичні завдання.

Під час активного навчання за допомогою імітаційних ситуацій ми стикаємося з різноманітними клінічними сценаріями. Такі практики допомагають нам передбачити потенційні виклики, озброюють нас навичками орієнтуватися в надзвичайних ситуаціях і вселяють більше почуття впевненості під час роботи з реальними пацієнтами. Отже, такий практичний досвід наших викладачів допомагає подолати розрив між теорією та практикою, готує нас до різноманітних ситуацій у реальних клінічних середовищах.

Крім того, методи моделювання та інтерактивного навчання за необхідністю передбачають часту й конструктивну взаємодію між здобувачами, пацієнтами та викладачами. Це виховує у нас відмінні комунікативні навички, які є ключовим аспектом ефективної командної роботи в клінічних умовах.

Нарешті, методології активного навчання сприяють формуванню у нас звичок навчатися протягом усього життя – фундаментального аспекту медсестринства. Враховуючи постійний прогрес у сфері охорони здоров'я, дуже важливо залишатися відкритим і адаптуватися до нових знань і навичок, щоб забезпечити найкращий догляд за пацієнтами.

ПРОЄКТНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК СКЛАДОВА КОМПОНЕНТА ПРОЦЕСУ ОПРАЦЮВАННЯ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ НА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТТЯХ У ЧЕРНІВЕЦЬКОМУ МЕДИЧНОМУ ФАХОВОМУ КОЛЕДЖІ

Вікторія БАЛАН,
здобувач освіти
Валерія ЛЮБЄЗНОВА,
здобувач освіти
irina.love.19871982@gmail.com
Ірина ДОБИНДА, викладач
irina.love.19871982@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність теми. Сьогоднішні реалії життя та особливості процесу навчання в умовах війни вимагають пошуку змін принципів опрацювання значного об'єму навчальної інформації.

Класичні форми та методи навчання на жаль не можуть повноцінно забезпечити дані завдання, у зв'язку з чим в навчальних закладах постійно проводиться пошук ефективних способів та методик для полегшення засвоєння студентами навчального матеріалу. Пошук ефективних способів особливо актуальний у закладах медичної освіти у зв'язку зі значним обсягом інформації та важливістю формування особисто-орієнтованих якостей майбутніх медичних фахівців при виконанні професійних зобов'язань.

Мета дослідження. На основі детального аналізу даних науково-педагогічної та медичної літератури узагальнити можливості та переваги

використання методу проектних технологій при навчанні студентів Чернівецького медичного фахового коледжу.

Методи дослідження. Аналіз літературних даних, узагальнення результатів застосування методу проектних технологій на навчальних практиках.

Результати дослідження. Застосування методики “проектних технологій” використовувалися у процесі дослідження на навчальних практиках з інфектології та епідеміології студентами ІІІ курсу ОПП “Сестринська справа” з метою засвоєння матеріалу, відведеного на самостійне опрацювання згідно з навчальним планом.

Загальна кількість студентів, які брали участь у дослідженні становила 15, кожен з них отримав завдання для виконання проекту. У рамках виконання поставленого завдання студентам була поставлена мета, а саме необхідність проведення аналізу клінічної ситуації, яка повинна бути висвітлена з наступним формуванням проблеми дослідження, побудовою моделі у відповідності з поставленими ідеями та цінностями, способів та етапів досягнення мети, встановленням можливих результатів роботи.

Кінцеві результати реалізованого проекту студенти демонстрували у вигляді міні-конференції у презентаційному наочному матеріалі з використанням різноманітних схем, плакатів, відео-роликів.

У ході дослідження досягнуто 100% результату ефективності застосування методу проектних технологій у вивченні студентами матеріалу для самостійного опрацювання. Учасники конференції мали змогу поділитися враженнями від процесу безпосередньої роботи над обраною тематикою, охарактеризувати її етапність, теоретичні та практичні надбання, якими вони опанували під час дослідження. Свої презентаційні матеріали студенти представили у вигляді структурних, логічних доповідей, які абсолютно повністю відповідали темі.

У ході аналізу результатів використання методу проєктів на навчальних

практиках було також визначено, що набуті знання та навички даним способом в учасників навчального процесу були значно глибшими у порівнянні зі звичайним вивченням матеріалу у домашніх умовах, вони більш активно брали участь у дискусіях, впевненіше відповідали на поставлені їм запитання.

Висновки. На основі проведеного дослідження можна зробити висновки, що широке впровадження “методу проєктів” на навчальних практиках у медичних навчальних закладах при вивченні аудиторних та позааудиторних навчальних матеріалів позитивно впливає на рівень знань та навичок студентів, що у майбутньому відіграє позитивну роль у формуванні необхідних навичок у медичних фахівців, які будуть у повному обсязі відповідати вимогам міжнародного ринку праці.

Список використаної літератури

1. Бірюков, В. С., Ткачук, В. І., Пучкова, А. В., & Чижевська, А. В. (2021). Проєктна робота з молодими вченими: можливості та перспективи. *Редакційна колегія*.

2. Вайнагій, Т. М. (2021). Специфіка впровадження міждисциплінарного підходу в методику навчання англійської мови за професійним спрямуванням студентів спеціальності «медицина».

ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ В ОСВІТІ: ВПЛИВ ТЕХНОЛОГІЙ НА НАВЧАННЯ ТА МЕТОДИ ВИКЛАДАННЯ

Надія ДУДІР
здобувач освіти
dudirnadia@gmail.com
Надія ЧОРНА, викладач
chornadya@ukr.net
Чернівецький едичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

У сучасному світі швидко змінюються всі сфери людського життя, а освіта не залишається осторонь. Цифрова трансформація в освіті стає все

більш важливою та актуальною, впливаючи на навчання та методики викладання. Ця трансформація не лише перетворює спосіб передачі знань, але і прискорює процеси навчання, забезпечуючи нові можливості для розвитку здобувачів освіти.

Однією з основних переваг цифрової трансформації в освіті є зростання доступності знань. Завдяки інтернету та цифровим технологіям, навчальний матеріал стає доступним для здобувачів освіти у будь-який час і в будь-якому місці. Онлайн-курси, відеоуроки та електронні підручники роблять освіту більш гнучкою та доступною для широкого кола людей, незалежно від їхнього місця проживання чи фінансового стану.

Інтерактивність є ще однією ключовою характеристикою цифрової трансформації в освіті. Використання інтерактивних технологій, таких як віртуальна реальність та інтерактивні дошки, дозволяє залучити здобувачів освіти до навчання та зробити процес засвоєння знань цікавішим та ефективнішим. Вони дають можливість відтворювати реальні ситуації, проводити віртуальні екскурсії та відчувати себе у ролі активного учасника освітнього процесу.

Однак, разом з великими можливостями цифрової трансформації в освіті, виникають певні виклики. Наприклад, необхідно забезпечити кібербезпеку та захист особистих даних здобувачів освіти, а також розвивати цифрову грамотність серед педагогічного колективу та здобувачів освіти.

Отже, цифрова трансформація в освіті відкриває нові можливості для розвитку навчання та покращення якості освіти. Вона змінює спосіб, яким ми навчаємося та навчаємо інших, розширюючи горизонти знань і відкриваючи нові перспективи для майбутніх поколінь.

ВПЛИВ ТЕХНОЛОГІЙ НА СУЧАСНЕ НАВЧАННЯ

Микита ОКАТЕНКО,
здобувач вищої освіти
okatenko.nikita@gmail.com
Буковинський державний медичний університет
Ольга СТРИЖАКОВСЬКА, к.філол.н.
Olgastr4@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж

У швидкоплинному світі, в якому ми живемо сьогодні, де зміни є єдиною константою, навчання та розвиток стали вирішальними для особистого та професійного зростання. Минули ті часи, коли панували традиційні методи навчання. У 21 столітті технології стали потужним союзником у формуванні сучасних стратегій навчання та розвитку.

Нові технології формують сучасне навчання та розвиток. Вони демократизували доступ до інформації. Нам не потрібно вивчати енциклопедії чи проводити години у величезних бібліотеках, щоб збирати знання. Ми маємо доступ до великої кількості інформації лише за кілька кліків. Інтернет, пошукові системи та онлайн-бібліотеки революціонізували спосіб отримання знань. Ця доступність кардинально змінила правила навчання та розвитку.

Платформи електронного навчання змінили освітній ландшафт. Від онлайн-курсів до вебінарів, ці платформи пропонують гнучкий і зручний спосіб навчання. Незалежно від того, чи ви здобувач освіти, який намагається зрозуміти складні предмети, чи професіонал, який прагне підвищити кваліфікацію, платформи електронного навчання задовольняють різноманітні навчальні потреби. Вони дають можливість навчатися у власному темпі, будь-коли та будь-де, роблячи освіту більш інклюзивною та адаптованою до індивідуального способу життя.

Інтерактивні інструменти навчання, такі як віртуальне моделювання, доповнена реальність і гейміфікація, додають елемент веселощів і залучення до процесу навчання. Уявіть собі, що ви вивчаєте історію, віртуально відвідуючи стародавні цивілізації або вивчаючи математику за допомогою інтерактивних ігор. Ці ресурси покращують розуміння та запам’ятовування, а також роблять навчання веселішим.

Технологія дозволяє створювати персоналізовані навчальні маршрути. Кожна людина вчиться по-різному, і технологія дозволяє адаптувати навчальний досвід, адаптований до сильних і слабких сторін. Завдяки аналітиці даних навчальні платформи можуть відстежувати прогрес і рекомендувати конкретні модулі, гарантуючи, що учні зосереджуються на областях, які потребують вдосконалення. Цей індивідуальний підхід робить навчання більш ефективним і цілеспрямованим.

Технології стерли географічні кордони, коли мова йде про навчання. Інструменти для спільної роботи, відеоконференції та віртуальні класи дали змогу людям з різних куточків світу об’єднуватися та навчатися разом. Дистанційне навчання стало нормою, що дозволяє професіоналам відвідувати семінари, конференції та тренінги, не виходячи з комфорту свого дому. Це не тільки економить час і ресурси, але й сприяє створенню глобальної спільноти учнів.

У динамічному ландшафті сучасного ринку праці очевидна потреба в постійному навчанні. Технологія підтримує розвиток культури безперервного професійного навчання, пропонуючи школи, невеликі навчальні модулі, курси мікронавчання та оперативні ресурси. Цей підхід гарантує, що люди можуть бути в курсі останніх тенденцій і навичок, що стосуються їхніх сфер діяльності та роботи.

Розвиток навичок став пріоритетом на ринку праці, що розвивається. Технологічні платформи розвитку навичок пропонують курси та сертифікації в різних сферах, від кодування до цифрового маркетингу. Ці платформи не лише усувають розрив у навичках, але й надають людям інструменти, необхідні для процвітання.

Штучний інтелект (AI) підняв персоналізоване навчання на наступний рівень завдяки адаптивним системам навчання. Ці системи аналізують індивідуальні шаблони навчання та відповідно коригують доставку контенту. Якщо здобувачеві важко розібратися з концепцією, система надає додаткові ресурси або альтернативні пояснення, поки концепція не буде зрозуміла.

Технологія змінила спосіб проведення зворотного зв'язку та оцінювання. Онлайн-тести, автоматизовані системи оцінювання та механізми миттєвого зворотного зв'язку роблять процес оцінювання більш ефективним і прозорим. Здобувачі можуть отримати миттєве уявлення про свою продуктивність, дозволяючи їм визначити сфери, які потрібно вдосконалити, і відстежувати свій прогрес з часом.

Технології відіграють вирішальну роль у забезпеченні професійного навчання. Технології віртуальної реальності (VR) і доповненої реальності (AR) використовуються для імітації реальних робочих середовищ, що дозволяє працівникам практикуватися та вдосконалювати свої навички в безпечному середовищі. Цей захоплюючий досвід навчання підвищує ефективність навчання на робочому місці.

Технології стали невід'ємною частиною сучасних стратегій навчання та розвитку. Його вплив не обмежується традиційними класами, але поширюється на різні аспекти освіти та розвитку навичок. Оскільки ми

продовжуємо охоплювати технологічні досягнення, дуже важливо використовувати потужність технологій для створення ефективного навчального досвіду, який дає можливість людям і організаціям процвітати у світі.

ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ

Софія ГАЛИЧАНСЬКА,
здобувач освіти
sofiagalichanska1@gmail.com
Людмила АВДІКОВСЬКА, методист
avdikovska@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Інформаційно-комунікаційні технології досить стрімко розвиваються і вже стали невід'ємною частиною нашого життя. Разом із інформаційно-комунікаційними технологіями розвивається і глобальна мережа Інтернет, яка створює можливість доступу до великих обсягів інформації. Застосування Інтернету в освітньому процесі закладів фахової передвищої освіти вже є вимогою сьогодення.

Використання мережі Інтернет в освітньому процесі зумовлено насамперед зростанням кількості інформації, стрімкими темпами розвитку наукових досліджень та постійними змінами самого змісту навчального матеріалу.

Окрім того, дистанційна форма навчання під час пандемії COVID-19 та після повномасштабного вторгнення рф в Україну сприяла тому, що використання інтернет-ресурсів і практика спілкування через соціальні медіа стали невід'ємним компонентом освітнього процесу.

Покоління здобувачів освіти XXI століття потребує нових способів подання навчальної інформації. Нині студент повинен мати безперешкодний доступ до різноманітних джерел інформації через використання інтернет-ресурсів; уміти швидко та якісно обробляти великі обсяги інформації; уміти на основі наявних знань генерувати нові знання та використовувати їх у професійній діяльності.

Цифрові технології дозволяють кожному здобувачу освіти реалізувати індивідуальні потреби незалежно від місця та доступу до ресурсів.

Завдяки мережі Інтернет у студентів з'явилась можливість організувати як індивідуальну, так і колективну форми роботи, сполучаючи в собі функції засобу спілкування. Згідно з опитуванням, яке було проведено серед студентів I-II курсів медичного коледжу (96 здобувачів освіти), **64,5%** респондентів користуються для спілкування додатком Telegram, **27,1 %** - Instagram, решта – порівну Viber, Tik Tok.

Здобувачі освіти використовують соціальні медіа не тільки, щоб ефективно спілкуватися зі своїми однолітками, а й отримувати нову інформацію. Навчання за допомогою соціальних медіа настільки поширилося, що воно вийшло за межі аудиторій і залучає студента до формального та неформального навчання. З метою навчання в позааудиторний час здобувачі освіти активно використовують інтернет-ресурси: **81,5%** респондентів - щодня, **12,3%** - 3-4 рази на тиждень, **решта** – 1-2 рази на тиждень.

Здобувачі освіти використовують інтернет-ресурси також для виконання різних навчальних завдань: пошук інформації з цікавих або незрозумілих питань – **58,4%** опитаних; підготовка до занять – **16,9%;** підготовка проєктів, рефератів – **13,5 %;** виконання навчальних завдань під час занять та поглиблення знань з теми – **решта** порівну.

Зважаючи на це, ми спробували визначити, які **різновиди навчальних** завдань респонденти найчастіше виконують за допомогою інтернету. Як

засвідчують результати опитування, зазвичай інтернет-ресурси використовуються для пошуку та обробки текстової інформації (**38,2%),** перегляду відео та презентацій (**18,3%),** створення власних презентацій та відео (**28,1%),** виконання тестів (**14,6%).** Рідше студенти працюють над виконанням інтерактивних вправ та створенням ментальних карт.

Зважаючи на широку популярність освітніх платформ, ми спробували визначили, на яких з них найчастіше здобувачі освіти проходять тестування з освітніх компонент, а на яких – шукають необхідну інформацію. Як засвідчують результати опитування, найчастіше використовується освітній проєкт «На Урок» (**67,7%** респондентів), на платформі Online Test Pad виконують тести **30,3%** респондентів, решта – на платформі Всеосвіта. Отримують навчальну інформацію на освітньому проєкті «На Урок» - 62,5%; платформі Всеосвіта – 32,3%: решта – на платформах Wise Cow, Coursera.

Можна виділити п’ять видів освітніх інтернет-ресурсів: сайти навчальних закладів, на яких розміщені навчальні матеріали або дистанційні курси; культурно-освітні сайти з віртуальними бібліотеками, віртуальними журналами та газетами, електронними підручниками; довідкові сайти з енциклопедіями, словниками, каталогами; персональні сайти для обміну досвіду, YouTube з найрізноманітнішими відеоматеріалами.

Різноманіття джерел настільки велике, що вирішити, як саме використовувати знайдений матеріал, вимагає чималих зусиль, досвіду і творчої уяви. Як свідчить опитування, **92,7%** респондентів для отримання інформації з метою підготовки до заняття не обмежуються лише один інтернет-джерелом.

Сьогодні існує безліч розроблених освітніх електронних платформ і програм із різних освітніх компонент. Електронні підручники, енциклопедії, словники тощо широко використовуються в освітньому процесі. Найчастіше використовують електронні перекладні словники – **52,2%** опитуваних;

термінологічні, тлумачні **– 32,5%**; орфографічні – решта.

Отже, результати анкетування здобувачів освіти свідчать, що всі студенти використовують інтернет-ресурси з навчальною метою і переважна більшість (**92,1%** опитаних) задоволені цим.

Наведені вище результати опитування дозволяють стверджувати, що сьогодні інтернет-ресурси – один з найпопулярніших та найфункціональніших засобів, що використовується в освітньому процесі для розв'язання різних завдань.

АКТУАЛЬНІСТЬ ВИВЧЕННЯ ІНФЕКТОЛОГІЇ ТА ЕПІДЕМІОЛОГІЇ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ

Анастасія КАНТЕМИР
здобувач вищої освіти
nastea27052002@ukr.net
Жанна ДРИГИБКО, викладач
jannadryhybko@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Війна сама по собі схожа на епідемію, адже несе смерть і лихо. Інфекції супроводжували війни протягом усієї історії і часто спричиняли більше смертей, ніж бойові поранення. Так, в період наполеонівських війн від інфекційних захворювань померло у вісім разів більше солдат, ніж від поранень на фронті. Під час громадянських війн в США захворювання навіть проголосили «третьою армією». Величезна кількість бійців втратила життя не в бою, а саме в результаті інфікування під час Першої та Другої світових воєн.

Мета дослідження: проаналізувати причини виникнення та поширення інфекційних захворювань в умовах війни та особливості освітнього процесу при вивченні інфектології та епідеміології здобувачами освіти Чернівецького медичного фахового коледжу.

Є багато причин, з яких під час війни зростають ризики виникнення та поширення інфекційних хвороб. Їх спричинюють бактерії, віруси, грибки чи паразити. Ці збудники віддавна використовували як зброю. Біологічна зброя є найстарішим видом зброї масового ураження та одним із найжорстокіших за своїми наслідками засобів ведення війни. Раніше люди мало що знали про збудники інфекцій. Втім уже тоді солдати закидали трупи на територію супротивника, розуміючи, що це у якийсь спосіб провокує захворювання та послаблює армію ворога. Проблемою сьогодення стала можливість використання як біологічної зброї не тільки патогенних мікроорганізмів (вірусів, бактерій, грибів, токсинів), а й генетичних елементів, генетично модифікованих організмів, нових збудників та ризик використання сучасних досягнень в галузі біотехнології й мікробіології. Біологічна зброя набуває все більшої актуальності — біологічні компоненти для її створення, порівняно з іншими видами зброї масового ураження, є найбільш дешевими й доступними, а отже привабливими для ворога.

Під час війни зростає можливість розвитку ранових інфекцій. Кульові або осколкові поранення, порізи та інші травми, контакт із грунтом можуть стати причиною зараження правцем, сибіркою. Перебування у лісосмугах, де мешкають дикі звірі, контакт із бездомними тваринами підвищують ризик зараження сказом. Актуальною є проблема парентеральних інфекцій, у зв'язку з більш частою необхідністю переливання крові, особливо в польових умовах.

В Україні кількість зареєстрованих внутрішньо переміщених осіб становить майже 5 мільйонів. У зв'язку з активною міграцією населення, а також через часте вимушене скупчення людей у випадку кризових ситуацій, нерідко за відсутності необхідних санітарно-гігієнічних умов та доступу до спеціалізованої медичної допомоги, змін у побуту, проблем з водопостачанням зростає ризик поширення гострих кишкових інфекцій та інфекцій дихальних шляхів. Вживання значної кількості консервів, у тому

числі домашнього приготування, може стати причиною ботулізму. Зараженню можуть також сприяти зниження імунологічної резистентності організму через стресові ситуації, незбалансоване харчування, тривале переохолодження, а також недостатній догляд за шкірою тощо. Також причиною, чому під час війни стаються спалахи інфекційних хвороб є порушення логістики доставки вакцин і доступу до них. Особливо серед жителів територій, що частково або повністю постраждали від військового конфлікту. Через це значно ускладнюється профілактика таких вакцинокерованих інфекцій як кір, краснуха, епідемічний паротит, поліомієліт, туберкульоз, дифтерія, кашлюк та інші.

Численні руйнування житлових і складських приміщень, знищення продовольчих складів, пошкодження каналізації та водопроводу, а також, неможливість регулярного вивезення сміття може спричинити різке зростання чисельності гризунів та поширення лептоспірозу.

Зростають також ризики виникнення кров'яних інфекцій з трансмісивним механізмом передачі: висипного тифу, кліщового бореліозу. Висипний тиф підкосив не одну армію світу, адже він є постійним супутником воєн, стихійних лих та соціальних потрясінь.

Актуальність вивчення інфектології та епідеміології здобувачі освіти Чернівецького медичного фахового коледжу усвідомлюють під час проведення практичних занять, курації хворих в інфекційному відділенні лікарні, проведенні санітарно-освітніх бесід серед вимушених переселенців щодо профілактики інфекційних захворювань, роботи в науково-дослідницьких гуртках. Адже значний відсоток хворих на інфекційні захворювання становлять військові та внутрішньо переміщені особи.

Ставлення суспільства до медиків під час протидії пандемії COVID-19 та війни в Україні дещо змінилося. Адже попри війну та щоденне протистояння ворогу, українські медичні сестри та брати, фельдшери, акушерки продовжують міцно тримати медичний фронт. Демонструють

мужність, силу духу, героїзм та самопожертву. Прикладом бойових медиків для студентів коледжу є наші випускники, викладачі, які виконують свій військовий обов'язок в лавах Збройних Сил України.

Висновок. Під час війни, масового переміщення і скупчення людей зростає ризик виникнення і розповсюдження усіх відомих інфекційних хвороб і серед військових, і серед цивільних. Наше завдання- щоб наша армія, наші люди страждали від них найменше. У зв'язку з цим підвищується актуальність вивчення здобувачами фахової передвищої медичної освіти аспектів етіології, епідеміології, клініки, діагностики, невідкладної допомоги, лікування та профілактики інфекційних захворювань, що повинно забезпечити своєчасну діагностику цих захворювань та належний рівень надання фахової медичної допомоги.

ВПЛИВ СУЧАСНИХ УМОВ НА МЕТОДИ ТА ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ В АГРАРНОМУ СЕКТОРІ

Мар'яна БУГАЙ,
здобувач освіти
maryanabugay@gmail.com
Ірина ХОМУТОВСЬКА, к. істор.н.
ih7146696@gmail.com
ВСП «Технолого- економічний
фаховий коледж Миколаївського НАУ»
м. Миколаїв, Україна

Сьогоднішня епоха характеризується стрімким розвитком технологій, змінами в економіці та культурі, що ставить перед освітніми системами нові завдання та вимоги. Трансформація освіти стає необхідною для підготовки майбутніх поколінь до життя у світі, де динаміка змін надзвичайно швидка, а обізнаність стає важливішою, ніж раніше. Освіта є одним із ключових факторів розвитку суспільства, особливо в галузі економіки, де важливо постійно адаптувати методи та підходи до навчання. Особливо це стосується аграрного сектору, тут необхідно поєднувати традиційні підходи з новими

інноваціями для досягнення успіху.

Розглянемо сучасні умови, які впливають на методи та підходи до навчання в аграрному секторі це:

1. Сучасний технологічний прогрес. В сільському господарстві він включає в себе використання дронів, сучасних сільськогосподарських машин та обладнання, аналітику даних, системи автоматизації та інші інновації. Ці технології значно полегшують та покращують процеси виробництва, збільшують врожайність та ефективність роботи фермерів. Вплив цих технологій на навчання в аграрному секторі полягає у необхідності підготовки фахівців, які будуть вміло використовувати ці нові можливості. Навчальні програми повинні оновлюватися та адаптуватися до швидко змінюючихся технологій, включати практичну роботу з сучасним обладнанням та програмним забезпеченням. Студентам потрібно мати можливість отримувати практичний досвід з використання нових технологій під керівництвом досвідчених фахівців. Таким чином, технологічний прогрес у сільському господарстві вимагає постійного оновлення навчальних програм та методик.

2. Потреби ринку праці. Визначають методи навчання, орієнтовані на практичні навички та використання сучасних технологій; розвиток навичок майбутнього фермера потребує адаптації навчання до сучасних вимог, зокрема навчання з використанням цифрових інструментів та підвищення компетентностей у сфері точного землеробство.

3. Цифровізація. Створює нові виклики та можливості, що впливають на навчальні процеси, спонукаючи до інтеграції цифрових технологій у програми навчання.

Університети та навчальні заклади відіграють ключову роль у підготовці кадрів, сприяючи інноваціям у навчальних програмах та забезпечуючи студентів необхідними знаннями та навичками для успішної кар'єри в сільському господарстві.

Трансформація освіти в аграрному секторі є необхідною для успішного розвитку галузі. Сучасні умови вимагають поєднання традиційних методів з інноваційними підходами, щоб підготувати кваліфікованих фахівців, які будуть готові до викликів майбутнього. Важливо постійно вдосконалювати систему навчання, залучати нові технології та методики, а також сприяти співпраці між освітніми установами та практикуючими фахівцями.

ВПЛИВ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА СПРИЙНЯТТЯ УКРАЇНСЬКОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Лілія БІЛОКРИНИЦЬКА,
здобувач освіти
bilokrynytskali@gmail.com
Тетяна БОЙЧУК, викладач
tetyana_boychuk@ukr.net
Відокремлений структурний
підрозділ «Тернопільський
фаховий коледж
Тернопільського національного
технічного університету імені
Івана Пулюя»
м.Тернопіль, Україна

Сучасний світ, наповнений цифровими технологіями та новітніми розробками, приніс з собою зміни у всі сфери життя, зокрема культуру та літературу. Українська література, котра має свою багату історію, також відчула вплив цих технологічних зрушень. Поруч з традиційними книгами з’явилися електронні, аудіокниги, численні літературні блоги та чати в соціальних мережах. Відтак сучасні технології значно розширили можливості сприйняття літератури .

«Свого часу Amazon створив цілий ринок недорогих електронних книг, з’явилися нові виробники пристроїв для читання різних форматів, застосунки для смартфонів та планшетів, інтернет заполонили

електронні бібліотеки, книжкові магазини, платформи самвидаву. Mobi, PDF, EPUB, FB2 та інші книги швидко наздоганяють друковані» [2].

Це й не дивно, оскільки електронні дозволяють читачам мати доступ до творів у будь-якому місці та в будь-який час, тобто цілодобово й без вихідних, що робить їх популярними серед студентів. Це зручно й для людей, які постійно в дорозі або мають обмежений доступ до паперових книжок.

Також важливим є розвиток аудіо- та відеоформатів творів із української літератури. Аудіокниги набули поширення, оскільки дозволяють людям слухати тексти під час прогулянок, занять спортом, виконання буденних справ тощо.

Психолог з Університету Вірджинії Деніел Віллінгем опублікував книгу про навчання сучасних дітей читанню і проблеми, пов'язані з цим. Він зауважує, що втомився від порівняння рівноцінності прочитаної та прослуханої книги, тому опублікував спеціальний пояснювальний матеріал, який засвідчує, що немає великої різниці між роботою мозку під час прослуховування та читання твору [4].

Відтак варто згадати бібліотеку книг українською мовою «Слухай» [6], проєкт громадської організації «Смарт освіта» за підтримки EDUCO Foundation «Вчися вухами. Українська література» [3], канал «Аудіокниги українською – для ЗНО та не тільки» [1] тощо.

З'явилися й книги з доповненою віртуальною реальністю. Зокрема, «Макс Кідрук в 2019 році презентував книгу «Доки світло не згасне назавжди», де, окрім тексту, за допомогою QR-кодів можна поспілкуватися з персонажами, порозглядати місцевість, перечитати додаткові секретні гілки сюжету, відчути всю історію реально» [5].

Доцільно зауважити, що інтернет став великою платформою для обговорення та просування української літератури. Спеціалізовані блоги, відгуки на сторінках у соціальних мережах, рецензії на сайтах – усе це робить українську літературу більш доступною та обговорюваною. Читачі діляться

своїми враженнями, рекомендують книги у віртуальному просторі, а це сприяє популяризації та глибшому вивченню українських творів .

Отже, сучасні технології дають можливість створювати нові формати художніх творів, розширюють аудиторію, зближують читачів та авторів, відкривають безліч нових можливостей для кращого й глибшого сприйняття літератури.

Список використаних джерел:

1.Аудіокниги українською – для ЗНО та не тільки. URL: https://www.youtube.com/@knyhoteka (дата звернення: 05.04.2024).

2.Аудіокниги та звичайні книги - що краще? URL: https://irbis-comics.com.ua/articles/audioknygy_ta_zvychajni_knygy_-_shcho_krashche (дата звернення: 02.04.2024).

3.Вчися вухами. Українська література. URL: https://podcasts.nv.ua/podcast/441-ukr-literatura.html?page=1 (дата звернення: 05.04.2024).

4. Коноплицький С. Електронні vs паперові. Як читають в Україні та в усьому світі. URL: https://speka.media/elektronni-vs-paperovi-yak-citayut-v-ukrayini-ta-v-usyomu-sviti-vzdd76 (дата звернення: 02.04.2024).

5. Сапсай Т. QR-коди у бібліотеках: як залучити дітей до читання**.** URL: https://nus.org.ua/view/qr-kody-u-bibliotekah-yak-zaluchyty-ditej-do-chytannya/ (дата звернення: 05.04.2024).

6.Слухай. Бібліотека книг українською мовою. URL: https://sluhay.com.ua/ (дата звернення: 05.04.2024).

РОЛЬ ТА ПЕРЕВАГИ ВПРОВАДЖЕННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В МЕДИЧНІЙ ОСВІТІ

Вікторія ФИЛИПЧУК,
здобувач освіти
filipcukv428@gmail.com
Іліанна БІДНА, викладач
ilianna1986@i.ua
Чернівецький медичний фаховий коледж
м.Чернівці, Україна

Штучний інтелект вже давно увійшов у різні сфери нашого життя, і медична освіта не залишається осторонь цього технологічного прогресу. Впровадження штучного інтелекту в медичну освіту відкриває нові горизонти для студентів та викладачів, розвиваючи інноваційні підходи до навчання й удосконалення процесу підготовки майбутніх медичних фахівців.

Однією з ключових переваг використання штучного інтелекту в медичній освіті є можливість індивідуалізації навчального процесу. Завдяки штучному інтелекту можна створювати персоналізовані навчальні програми, враховуючи особливості кожного студента. Це допомагає кожному студентові отримувати доступ до інформації та завдань, які відповідають його потребам та рівню підготовки. Другою важливою перевагою є покращення якості навчання за рахунок використання віртуальних симуляторів та тренувальних програм, побудованих на базі штучного інтелекту. Ці інтерактивні інструменти дозволяють студентам отримувати реальний практичний досвід без ризику для пацієнтів. Вони можуть вдосконалювати свої навички та розвивати професійні компетенції, відтворюючи складні клінічні сценарії та симулюючи різні медичні маніпуляційні втручання. Крім того, завдяки штучному інтелекту студенти мають можливість отримувати доступ до великих обсягів медичних даних та

досліджень, що дозволяє їм ознайомлюватися з останніми тенденціями у галузі медицини. Аналіз цих даних допомагає створювати більш інформативні та актуальні навчальні матеріали для майбутніх медичних фахівців. Впровадження штучного інтелекту в медичну галузь може забезпечити багато переваг як у підготовці майбутніх медиків, так і в їхній роботі. Ось деякі способи, які штучний інтелект може бути корисним у цьому контексті:

1. Навчальні програми: Системи штучного інтелекту можуть бути використані для створення інтерактивних навчальних програм, які допоможуть в освоєнні нової інформації, оволодіння новим навичкам та підвищенні кваліфікації.

2. Віртуальні тренажери: Використання віртуальних тренажерів на основі штучного інтелекту може надати можливість практикувати проблемні ситуації в безпечному середовищі, допомагаючи покращити їх навички та впоратися з реальними ситуаціями більш ефективно.

3. Аналіз даних пацієнтів: Штучний інтелект може допомогти в обробці та аналізі великих обсягів даних пацієнтів, що дозволить швидше здійснювати діагностику, приймати рішення та надавати ефективну допомогу пацієнтам.

4. Підтримка в професійному розвитку: Штучний інтелект може надавати рекомендації щодо подальшого професійного розвитку на основі їхнього досвіду та результатів роботи, сприяючи постійному удосконаленню їхніх навичок.

5. Планування графіку роботи: Системи штучного інтелекту можуть допомогти в оптимізації робочого часу, розподіляти завдання ефективніше та підвищувати продуктивність їхньої роботи.

Таким чином, впровадження штучного інтелекту в медичну освіту відкриває нові можливості для розвитку сучасної медичної освіти. Це сприяє підвищенню якості навчання, розвитку професійних компетенцій студентів

та покращенню майбутньої медичної практики. Роль штучного інтелекту в медичній освіті буде лише зростати, революціонізуючи підготовку наступних поколінь медичних фахівців.

ОСОБЛИВОСТІ ТА ПРИНЦИПИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО СЕРЕДНЬОГО МЕДИЧНОГО ПЕРСОНАЛУ У ЧЕРНІВЕЦЬКОМУ МЕДИЧНОМУ ФАХОВОМУ КОЛЕДЖІ В УМОВАХ ВІЙНИ

Олег ТОДОРЮК,
здобувач освіти
Ганна ПОПОВИЧ
к.мед.н.
irina.love.19871982@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність теми. Повномасштабні військові дії на території України, які розпочалися 2022 року значно вплинули на навчальний процес у вищих навчальних закладах, трансформацію освіти у цілому, внаслідок чого перед керівництвом медичних навчальних закладів постало питання повноцінного забезпечення освітнього процесу в реаліях сьогодення, адже медична освіта має значну специфіку, адже розвиток, формування кваліфікованого медичного працівника, який чітко виконує свої професійні обов'язки, при цьому володіючи високими людськими якостями та відповідаючи стандартам міжнародного ринку праці завдання надзвичайно важливе та нелегке.

Мета дослідження. На основі детального аналізу способів, методів навчання у вищих медичних навчальних закладів, результатів таємного анкетування студентів Чернівецького медичного фахового коледжу щодо освітнього процесу у закладі в умовах війни провести узагальнення методик засвоєння навчального матеріалу та створити рекомендації з питань доцільності їх впровадження та використання.

Методи дослідження. Аналіз науково-медичної та педагогічної

літератури, анкетування студентів Чернівецького медичного фахового коледжу, оцінка результатів анкетування, формування висновків та рекомендацій.

Результати дослідження. За результатами аналізу проведеного огляду даних наукових досліджень з приводу засобів навчання у період війни, було визначено, що більшість закладів освіти перейшли на дистанційне навчання, що дозволяє подолати ситуацію, при якій фізично учасники освітнього процесу не мають можливості бути присутніми на заняттях, звичайні способи засвоєння теоретичної та практичної інформації обмежені у застосуванні. Але при цьому отримання медичної освіти виключно дистанційним способом практично неможливе внаслідок відсутності безпосереднього контакту майбутнього медичного фахівця з пацієнтами, праці біля ліжка хворого, тому важливе у даній ситуації використання методів навчання, які повноцінно будуть формувати необхідні знання та навички.

У Чернівецькому медичному фаховому коледжі освітній процес повністю підлаштовується під потреби та вимоги війни, приділяючи основну увагу студентів на надання невідкладної медичної допомоги, проведення серцево-легеневої реанімації, штучної вентиляції легень, застосування новітніх діагностичних та лікувальних методів при умові підвищеної небезпеки. Дана ситуація вимагає злагодженості у командній роботі медичних працівників та знань передових міжнародних наказів та протоколів.

Викладацький склад коледжу активно використовує сучасні методи навчання для досягнення даних вимог, а саме онлайн-курси, телемедицину, онлайн-тренінги, вебінари, створення презентаційного матеріалу та широко впроваджує гейміфікацію для відпрацювання послідовності дій в екстрених ситуаціях.

Для оцінки ефективності та результативності використання в освітньому процесі сучасних методів, було проведено анкетування студентів 3 та 4

курсів, ОПП «Лікувальна справа». В анкетуванні взяли участь 35 студентів, вони відповідали на запитання: чи задоволені вони певною методикою навчання, чи бажають продовжити подальше засвоєння навчального матеріалу за певною методикою. За результатами опитування було визначено, що 100% учасників задоволені освітнім процесом у період повітряних тривог з використанням сучасних інтерактивних технологій, особливо виділені практикуми із застосуванням методів гейміфікації, симуляційного навчання, які студенти бажають використовувати у майбутньому навчанні.

Висновок. На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що сьогоденні реалії життя та навчання у період війни активізували викладачів медичних закладів освіти до постійного пошуку нових ефективних методів навчання студентів-медиків для формування у них повноцінних знань та навичок згідно з вимогами та потребами сучасності.

Список використаної літератури:

1. Ковтун, Л., Грищук, М., & Двулят-Лешневська, І. (2022). Особливості навчання студентів-медиків в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*, (11 (16)).

2. Рудницька, О. Г., Кузик, П. В., & Дзямко, В. Й. (2022). Перспективи онлайн-навчання в умовах війни.

3. Супруненко, С. М. (2024). ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ. *Молодий вчений*.

ЦИФРОВІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Наталія БОБЕРСЬКА,
здобувач освіти
naataawka7@gmail.com
Галина ТОФАН, викладач

galina.dmitrivna70@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Робота присвячена дослідженню проблем цифрової трансформації освітнього процесу у воєнний час, можливості використання сучасних інформаційних технологій в умовах воєнного стану. Обговорюється роль і вплив цифровізації на освітній процес у коледжі.

Крім того, розглядається вплив цифровізації на організацію освітнього процесу, взаємодія між викладачами і студентами, застосування цифрових інструментів, що дозволяє студентам активніше брати участь в освітньому процесі, а також забезпечує більш зручну форму навчання.

Звертається увага на проблеми, які можуть виникнути під час упровадження цифрових технологій в освітній процес. Аналізуються такі питання, як відсутність доступу до необхідної інфраструктури та технічних засобів, недостатність знань студентів щодо користування цифровими інструментами, а також щодо збереження і захисту даних. Наголошено, що цифрові технології є важливим інструментом для поліпшення якості та ефективності освіти в закладах освіти. Проте впровадження цифровізації має бути здійснене з урахуванням усіх можливих проблем і складнощів, що можуть виникнути.

Ключові слова: цифровізація, освітній процес, інформаційні технології, дистанційне навчання.

Мета: визначити особливості, напрями, форми і методи, перспективи цифровізації освітнього процесу в закладах освіти.

Актуальним і перспективним напрямом розвитку освіти є її цифровізація. Питання ще більше загострилося через пандемію коронавірусу COVID- 19, карантинні заходи, воєнний стан та необхідність дистанційного навчання.

Цифровізація освіти – це впровадження в освітній процес на всіх рівнях

сучасних інформаційно-комунікаційних технологій, аналіз достовірності отримуваної інформації, застосування критичного мислення, максимальне використання в навчальних цілях різноманітного мультимедійного контенту, інтенсифікація освітнього процесу за рахунок застосування інтерактивних методів навчання.

В умовах воєнного стану більшість закладів освіти змушені працювати в дистанційному (онлайн) або змішаній формах. Тому електронні інструменти та платформи дистанційного навчання відіграють важливу роль в освітньому процесі, змушують прилаштовуватися закладам освіти і педагогічним працівникам до вимог сьогодення.

Цифровізація в освітньому процесі закладу фахової передвищої освіти – це процес упровадження цифрових технологій в усі аспекти освітньої діяльності. Він передбачає використання різних електронних платформ для навчання і спілкування, онлайн-курсів, інтерактивних матеріалів, відеоконференцій та вебінарів, електронних ресурсів для дистанційного навчання, а також інших інструментів, які допомагають підвищити ефективність і якість освітнього процесу. Цифровізація сприяє забезпеченню більш доступної і гнучкої освіти, навчанню у будь-який час та з будь-якого місця, збільшенню інтерактивності і залученості студентів до навчання, а також ефективнішому застосуванню ресурсів закладу. Цифрові технології сьогодні – це середовище існування, що відкриває нові можливості для навчання у зручний час, безперервної освіти, проєктування індивідуальної освітньої траєкторії. Цифровізація спрямована на підготовку фахівців, які гарантовано будуть затребувані на ринку праці, легко і вільно володітимуть мобільними і інтернет-технологіями, а також орієнтуватимуться на безперервне навчання (підвищення кваліфікації) засобами цифрових технологій.

В освітньому процесі Чернівецького медичного фахового коледжу використовують цифрові технології та інструменти для поліпшення якості

навчання, підвищення ефективності діяльності. При цьому застосовують електронні підручники, відеоуроки, онлайн-курси, спеціальні програми і платформи для взаємодії студентів і викладачів. Також підвищується доступність освіти для студентів з різних країн і регіонів, забезпечується індивідуальний підхід. Досягається висока якість контролю знань, зокрема, за допомогою електронних тестів та онлайн-екзаменів, що приводить до об'єктивного оцінювання.

Переваги цифрової освіти. Створюються сприятливі умови для розвитку вмінь навчатися самостійно, виокремлювати найбільш цінний матеріал для саморозвитку; формування мобільності особистості, умінь швидко адаптуватися до змін; посилення мотивації до самоосвіти та саморозвитку; охоплення різноманітної аудиторії; побудови індивідуальної освітньої траєкторії; навчання у найбільш зручних умовах; комфортного темпу, але з оптимальною затратою часу, виокремленого для виконання певних завдань.

Викладачі на заняттях використовують інформаційні технології в освітньому процесі з метою його цифровізації: відеоконференції – заняття в режимі реального часу, де можна обмінюватися ідеями і задавати питання одне одному. Відеоконференції проводять за допомогою платформ Zoom та Google Meet. Електронні платформи дозволяють викладачам розміщувати матеріали для навчання, завдання та тести на сайті коледжу (платформа Moodle). Студенти мають доступ до цих матеріалів з будь-якого місця і в будь-який час, що дозволяє їм навчатися у зручний для них час.

Спільне використання документів (Google Диск) допомагає студентам і викладачам працювати над проєктами та завданнями в режимі реального часу, що дає можливість працювати з одним і тим самим файлом одночасно.

Технології є важливими для цифровізації освітнього процесу закладів освіти. Завдяки їм викладачі і студенти спілкуються, навчаються, працюють разом у режимі реального часу, що забезпечує ефективність навчання.

Однак, на жаль, цифровізація освітнього процесу також має свої

недоліки. Один з них – можливість виникнення технічних проблем, які перешкоджають нормальному проведенню занять та оцінюванню. Крім того, окремі студенти відчувають дискомфорт під час використання цифрових технологій, що потребує додаткових знань.

Цифровізація дозволяє збільшити доступність навчання, покращити якість освіти, знизити витрати на навчальні матеріали. Викладачі створюють інноваційні методи навчання, які допомагають студентам краще засвоювати матеріал і розвивати практичні навички.

Отже, цифрові технології не повинні ставати єдиною формою навчання, оскільки не можуть повністю замінити живий контакт між викладачем і студентами. Необхідно забезпечити баланс між традиційними методами навчання і використанням цифрових технологій.

РОЛЬ ТРАНСФОРМАЦІЙ У ЗМІНІ ПІДХОДІВ ДО МЕДСЕСТРИНСЬКОЇ ОСВІТИ

Любов КАРДАШ,
здобувач освіти
liubovkardash0502@gmail.com
Іван ВИШНЬОВСЬКИЙ,
викладач
vushnjyov@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

У роботі розглядаються питання трансформацій у зміні підходів до медсестринської освіти з урахуванням адаптації освітніх програм до потреб закладів охорони здоров'я в умовах війни. Зокрема, висвітлюються ключові аспекти цього процесу, такі як необхідність урахування специфіки воєнного стану в освітніх програмах, психологічна підготовка медичних фахівців та розвиток навичок самодопомоги. Розглядаються стратегії для успішної адаптації освітніх програм до викликів, що ставляться перед медичними

сестрами у складних умовах воєнного часу, зокрема шляхом впровадження спеціалізованих курсів та тренінгів.

Медична сестра в умовах війни зустрічається з непередбачуваними викликами та складними ситуаціями, які вимагають від неї не лише медичних знань, але й високого рівня професійної готовності та підготовки до стресових ситуацій. Такі умови вимагають перегляду та адаптації освітніх програм з метою забезпечення медсестер необхідними навичками та знаннями для ефективної реакції на надзвичайні ситуації.

Одним із ключових аспектів адаптації є врахування специфіки воєнного часу та особливостей медичного обслуговування поранених воїнів. Медичні сестри повинні бути готові до роботи у надзвичайних умовах, швидко реагувати на кризові ситуації, вміти працювати у команді та надавати кваліфіковану допомогу постраждалим.

Крім того, важливо враховувати роль психологічної підготовки та підтримки медичних працівників, оскільки робота в умовах війни може призвести до стресу та психологічного виснаження. Навички самодопомоги та психологічної стійкості стають не менш важливими, ніж медичні знання.

Отже, роль трансформацій у зміні підходів до медсестринської освіти полягає в пошуку нових методів навчання та підготовці медичних сестер до роботи в умовах війни. Це вимагає не лише оновлення освітніх програм, але й створення спеціалізованих курсів та тренінгів, спрямованих на розвиток необхідних навичок та вмінь для реагування на екстремальні ситуації.

ЗАСОБИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕРЕРВНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ

Марія МАЛЕК,
здобувач освіти
Валентина ДУБІЦЬКА, викладач
irina.love.19871982@gmail.com

Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність теми. Військовий стан на території України став катастрофою для всіх верств населення, особливо для студентської молоді, яка здобуває освіту у вищих медичних навчальних закладах. Дана ситуація спричинена підвищенням вимог та потреб в охороні здоров'я як у лікарняних закладах, так і у фронтових умовах, у зв'язку з чим забезпечення безперервної медичної освіти являється важливим завданням перед навчальними закладами, що потребує пошуку, впровадження новітніх методів навчання.

Мета дослідження. На основі детального аналізу застосування інноваційних методів навчання у вищих медичних навчальних закладах проаналізувати результативність використання даних методів на лекційних заняттях та навчальних практиках у Чернівецькому медичному фаховому коледжі у період війни.

Методи дослідження. Аналіз науково-педагогічної літератури, формування висновків та рекомендацій.

Результати дослідження. У результаті аналізу особливостей навчання студентів медичних навчальних закладів у часи військової агресії виявлені наступні складнощі: відкрите питання забезпечення безпеки у процесі проведення занять в офлайн-режимі, нестабільність емоційного стану як здобувачів освіти, так і викладацького складу. З метою стабілізації та забезпечення безперервності навчання студентів-медиків у Чернівецькому медичному фаховому коледжі заняття проводяться за змішаним типом, тобто у період частих повітряних тривог – у дистанційному режимі, період певної стабілізації – в очному режимі.

Здобувачі освіти III та IV курсів, ОПП «Лікувальна справа» та «Сестринська справа» повинні здобувати знання та навички для формування

практичних вмінь, щоб у майбутньому якісно виконувати свої безпосередні професійні зобов'язання як у мирний, так і у військовий час. Досягти дану мету досить важко у час повітряних тривог у дистанційному режимі внаслідок періодичних проблем з інтернет зв'язком, електропостачанням з однієї сторони та неможливості безпосередньої роботи біля ліжка хворого з іншої, що вимагає від викладачів клінічних дисциплін застосування новітніх технологій навчання.

З метою отримання відповідних знань та формування практичних навичок у Чернівецькому медичному фаховому коледжі активно використовуються симуляційні методи навчання, практичні тренінги у спеціальних тренінгових залах, під час дистанційного навчання – із застосуванням спеціальних комп'ютерних програм, які імітують практичну роботу медичного працівника з реальними пацієнтами, що дозволяє сформувати чітке критичне клінічне мислення у конкретних клінічних ситуаціях, приділяючи при цьому значну увагу навичкам надання невідкладної медичної допомоги у мирний та військовий час згідно з міжнародними протоколами та стандартами.

З метою оцінки результативності застосування інноваційних технологій було проведене опитування студентів III та IV курсів ОПП «Лікувальна справа» та «Сестринська справа». Результати опитування свідчать про достатню ефективність навчання у дистанційному режимі з використанням спеціальних комп'ютерних програм з метою формування у них відповідних знань та навичок, які вони застосовують у подальшому біля ліжка хворого, пристосовуючись таким чином до викликів перед медичною освітою у період війни.

Висновок. На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що медична освіта потребує проведення змішаного навчання у період частих повітряних тривог з метою повноцінного формування у здобувачів освіти практичних вмінь, щоб майбутні медичні працівники мали

можливість реалізовувати свої професійні обов'язки як у мирний, так і у військовий час.

Список використаної літератури.

1. Боднар, П. Я., Беденюк, А. Д., Боднар, Т. В., & Боднар, Л. П. (2022). Парадигма вищої медичної освіти в умовах війни та глобальних викликів XXI століття. *Академічні візії*, (14).

2. Гаморак, М. І., Грищук, М. О., Гаморак, Г. П., & Ворощук, П. В. (2023). Навчання в умовах війни: реалізація інтерактивного навчання засобами інформаційно-комунікаційних технологій в іфнму. *problems of the development of science and the view of society*, *11*, 237.

3. Ханюков, О. О., & Смольянова, О. В. (2022). Перешкоди ефективного проведення дистанційного навчання студентів-медиків під час війни в Україні.

ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ У СУЧАСНИХ УМОВАХ

Олена КЕЛЬБІНА,
здобувач освіти
lkelbina@gmail.com
Павло АМЕЛІН, викладач
amelinpavlo@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Робота присвячена важливості підготовки студентів-медиків у умовах воєнного конфлікту. Розглядаються ключові аспекти, які необхідно врахувати в процесі підготовки майбутніх медичних фахівців для ефективної реакції на виклики надзвичайних ситуацій. Зокрема, увага зосереджується на розвитку навичок медичної допомоги в екстрених обставинах, стресостійкості та комунікаційних вмінь. У роботі пропонуються конкретні практичні методи та стратегії для успішної підготовки студентів-медиків до

роботи в умовах надзвичайних ситуацій, що допоможе підвищити рівень готовності майбутніх медичних працівників та покращити їхню здатність надавати допомогу в критичних ситуаціях.

Сьогодні, в умовах воєнного стану, де надзвичайні ситуації стають все більш непередбачуваними та різноманітними, підготовка медичних фахівців до ефективної реакції на такі виклики є надзвичайно важливою та передбачає розвиток ряду ключових навичок та якостей.

По-перше, це навички медичної допомоги в екстрених ситуаціях, які включають надання першої допомоги, реагування на критичні стани та використання медичного обладнання. Також важливим є розвиток стресостійкості та здатності працювати в умовах високого тиску та обмежень.

Комунікаційні вміння також важливі для ефективної взаємодії з іншими членами медичного персоналу, пацієнтами та їхніми родичами під час надзвичайних ситуацій. Уміння спілкуватися в емоційно навантажених обставинах та передавати інформацію зрозуміло та точно може врятувати життя.

Крім того, в умовах сьогодення важливо враховувати роль практичного навчання та симуляційних занять у процесі підготовки. Симуляційні тренування дозволяють студентам відчути реалістичність ситуацій та навчитися приймати швидкі та виважені рішення в умовах великого стресу. Практичний тренінг є однією з найбільш ефективних форм удосконалення набутих практичних навичок та вмінь у процесі навчання здобувачів освіти.

В межах реалізації проєкту «Об’єднання громад задля сталого економічного зростання ConCom4EG» викладачі Чернівецького фахового медичного коледжу проводять практичні тренінги з невідкладної домедичної допомоги для учнів старших класів об’єднаних територіальних громад міста та області.

Отже, підготовка студентів-медиків в умовах викликів вимагає

комплексного підходу, який включає в себе розвиток медичних, психологічних та комунікаційних навичок, а також використання сучасних методів навчання, що надають можливість практичного досвіду та симуляційного тренування.

Така підготовка відіграє вирішальну роль у здатності медичних фахівців ефективно реагувати на будь-які виклики у професійній діяльності.

ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВИКЛИКІВ СЬОГОДЕННЯ

Анна БОБРОВА,
здобувачка освіти
anna.bobrova2008@gmail.com
Алла ЛИСЕНКО, к.пед.н.
alisenko28@gmail.com
Фаховий медико-фармацевтичний
коледж ПДМУ
м. Полтава, Україна

Актуальність упровадження дистанційного навчання спирається на розвиток сучасних інформаційних і телекомунікаційних технологій, а також в умовах воєнного стану вирішує багато викликів, яких зазнала освіта в Україні.

Дистанційне навчання є невід'ємним складником функціонування сучасного освітнього простору й ґрунтується не стільки на використанні раніше набутих знань, скільки на трансформації та впровадженні нових форм роботи.

Запровадження воєнного стану в Україні у зв'язку з повномасштабною збройною агресією спричинило значні виклики для системи освіти. Тому закономірним, на наш погляд, є пожвавлення інтересу учасників освітнього процесу до проблем організації, упровадження та методичного забезпечення

дистанційної форми навчання як актуальної освітньої технології, оскільки така форма роботи забезпечує можливості продовжувати навчальний процес незалежно від місця перебування здобувачів освіти.

Під час дистанційного навчання є широкі можливості використання нтернет-ресурсів та хмарних технологій, які замінюють традиційні форми організації навчального процесу, створюючи можливості для розвитку нових, цікавих форм.

З метою активізації здобувачів освіти до навчання, поглиблення знань та реалізації освітніх завдань доречно використовувати різні сайти для створення інтерактивних плакатів та ігор, ментальних карт та хмаринок слів, ребусів та QR-кодів. Робота у додатку Google Classroom – це одна з форм дистанційного навчання. Google Клас допомагає економити час, ефективно спілкуватися. Сучасні онлайн-сервіси дозволяють дуже швидко провести опитування та отримати миттєві результати у вигляді таблиць або діаграм. Такі сервіси створюють атмосферу гри, вікторини й дозволяють не тільки перевірити знання учнів, а й організувати будь-яке опитування чи голосування з різноманітних питань. Одним із таких онлайн-сервісів є Classflow, який пропонує різні режими роботи: інтерактивна дошка, робота з підручником, швидке опитування, ігрові завдання та тестування.

Одним із засобів активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти у процесі дистанційного навчання є створення ментальних карт – це спосіб зображення процесу мислення за допомогою схем. Карти пам’яті можна використовувати для візуалізації матеріалу, що передбачає кращому запам’ятовуванню навчального матеріалу. Карта пам’яті реалізується у вигляді схеми, на якій зображено слова, ідеї, завдання або інші поняття.

Під час дистанційного навчання можна активно застосовувати на всіх етапах QR–коди: домашнє завдання; індивідуальні, парні, групові форми роботи. QR-код об’єднує реальні параметри з віртуальними й може використовуватися не тільки в електронному вигляді, але й у форматі

роздаткового матеріалу.

Сучасна молодь не уявляють себе без Інтернету з його соціальним спілкуванням та інформаційними ресурсами. Сьогодні росте покоління візуалів, для яких головним джерелом інформації є зоровий ряд. Все це пояснює необхідність використання нових інформаційних розробок в освітній діяльності.

Отже, вебсервіси дозволяють урізноманітнити форми й методи організації дистанційного навчання та спілкування між викладачами та студентами, зробити навчання ефективним та цікавим.

ПІДГОТОВКА МЕДИЧНИХ ФАХІВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Альона ДЕНЕЖКО,
здобувач вищої освіти
aljona26111999@gmail.com
Людмила ГРИНКЕВИЧ, к.мед.н.
grynkevych.l@bsmu.edu.ua
Буковинський державний медичний університет
м. Чернівці, Україна

У роботі висвітлюються нові підходи щодо підготовки медичних сестер в умовах воєнного стану, актуальні проблеми, нові методи навчання та важливість міжнародного співробітництва у цій сфері. Обговорюються основні виклики, з якими зустрічаються медичні сестри в зоні конфлікту: обмежений доступ до ресурсів, екстрені ситуації та психологічний стрес. Представлені сучасні підходи до навчання, включаючи симуляційні тренування, навички надання медичної допомоги при вибухах та травматичних ушкодженнях, а також робота в умовах стресу.

Сьогодні надзвичайно важливою є співпраця з міжнародними медичними закладами освіти в обміні досвідом та підтримці, у підготовці медичних фахівців щодо надання медичної допомоги в умовах воєнного

стану.

Перш за все, обмін досвідом між медичними працівниками з різних країн дозволяє вивчати кращі практики та інновації у наданні медичної допомоги. Кожна країна має свої унікальні підходи та стратегії, які можуть бути корисними для інших країн.

Крім того, співпраця з міжнародними медичними закладами освіти є важливим для створення мережі підтримки та взаємодопомоги. У складних умовах воєнного стану спільні зусилля та обмін ресурсами можуть значно підвищити ефективність щодо підготовки медичних фахівців.

Перш за все, важливо використовувати сучасні методи навчання, такі як симуляційні тренування. Ці тренування надають можливість нам, студентам-медикам, реалістично відтворити ситуації, з якими можемо зіткнутися в реальному житті, і вивчити ефективні методи реагування на них. Симуляційні тренування дозволяють вдосконалювати свої навички та приймати рішення у безпечній обстановці.

Викладачі акцентують нашу увагу на навичках надання медичної допомоги при вибухах та травматичних ушкодженнях. У таких ситуаціях кожна секунда має значення, тому нас готують до швидкого та ефективного реагування. Це означає, що ми маємо знати, як надавати першу допомогу при різних видах травм, як контролювати кровотечі, і як працювати з травмованими пацієнтами для максимально швидкого відновлення їх стану.

Крім того, нас навчають працювати в умовах стресу. Воєнні конфлікти створюють екстремальні умови, де не завжди можна мати доступ до необхідних медичних засобів та обладнання. Тому медики повинні бути готові до праці в таких умовах, знаючи, як ефективно використовувати наявні ресурси та приймати правильні рішення в стресових ситуаціях.

Таким чином, сучасні підходи до підготовки медичних фахівців включають в себе симуляційні тренування, навички надання медичної допомоги при вибухах та травматичних ушкодженнях, а також роботу в

умовах стресу та обмежених ресурсів. Ці підходи допомагають нам, майбутнім медикам, готуватися до роботи в найскладніших умовах і забезпечувати високий стандарт медичної допомоги у будь-яких обставинах.

Отже, співпраця з міжнародними медичними закладами освіти щодо обміну досвідом та підтримки у підготовці медичних фахівців до надання медичної допомоги в умовах воєнного стану є важливою для забезпечення безпеки та добробуту тих, хто потребує нашої допомоги в найскладніших ситуаціях.

СУЧАСНЕ ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ ЯК ЗАПОРУКА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ І ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ

Мар'яна КУРИК,
здобувач вищої освіти
olgastr4@ukr.net
Львівський національний медичний
університет імені Данила Галицького
м. Львів, Україна
КУРИК Ігор, викладач
Новороздільський політехнічний фаховий коледж
м. Новий Розділ, Україна

Сучасне дистанційне навчання стає все більш популярним у сучасному освітньому середовищі, особливо у контексті технологічних змін, глобальної пандемії COVID-19 та в умоах воєнного стану. У роботі пропонуємо огляд ключових аспектів та значення дистанційного навчання як інструменту формування особистісних і професійних якостей здобувачів освіти.

Досліджуються особистісні якості, такі як самодисципліна, саморегуляція та відповідальність, а також професійні навички, включаючи володіння цифровими технологіями та комунікативність. Висвітлюються методи та засоби, які сприяють формуванню цих якостей, а також виклики та перспективи розвитку дистанційного навчання. Дослідження підкреслює важливість постійного вдосконалення методів та засобів дистанційного

навчання для забезпечення якісної освіти та розвитку здобувачів освіти у сучасному цифровому світі.

У сучасному світі технології перетворили парадигму освіти, змінюючи способи навчання та створюючи нові можливості для розвитку особистості та професійної підготовки. Навчання на відстані стало не просто альтернативою традиційним методам, але й важливим інструментом для формування особистісних і професійних якостей студентів.

Сьогоднішнє дистанційне навчання виходить за рамки традиційних методів, воно стає ключовим інструментом для розвитку особистості та професійної підготовки.

Перш за все, дистанційна освіта надає студентам гнучкість, якої раніше не було. Вона дозволяє здобувати знання в зручний для них час та місце, а це особливо важливо для тих, хто має інші зобов'язання, такі як робота чи сімейні обов'язки. Такий підхід розвиває самодисципліну та відповідальність, здатність до адаптації та вирішення проблем у віртуальному середовищі.

Друге, що варто відзначити, – це формування професійних якостей: володіння цифровими технологіями та інформаційною грамотністю, комунікативні навички для спілкування в онлайн середовищі, ефективне управління часом та ресурсами.

Третє, методи і засоби формування якостей в дистанційному навчанні: використання інтерактивних онлайн-курсів та вебінарів, застосування технологій відстеження прогресу та обміну знаннями, організація віртуальних спільнот та групових проєктів для спільного навчання. Ігрові вправи, віртуальні класи та інші інтерактивні засоби навчання не лише роблять процес більш захоплюючим, але й сприяють кращому засвоєнню матеріалу.

Однак, разом з перевагами дистанційного навчання приходять і виклики. Один з них – це відсутність фізичного контакту з викладачем та

одногрупниками. Це може призвести до відчуття ізоляції та втрати мотивації. Тому важливо створювати спеціальні форуми та спільноти, де студенти можуть обмінюватися думками та досвідом.

Найважливішим аспектом є те, що сучасне дистанційне навчання може сприяти формуванню не лише професійних, але й особистісних якостей студентів. Самодисципліна, відповідальність, адаптивність та комунікативні навички – це ті якості, які стають ключовими в умовах сучасного ринку праці.

Перспективи розвитку: потреба у вдосконаленні платформ дистанційного навчання для забезпечення ефективності та доступності, розвиток методів оцінювання знань та навичок у віртуальному середовищі, вплив дистанційного навчання на соціальну та психологічну адаптацію студентів.

Отже, сучасне дистанційне навчання не лише відкриває нові можливості для отримання знань, але й допомагає студентам розвиватися як особистості та готуватися до викликів цифрової епохи. Необхідно постійно вдосконалювати методи та засоби дистанційного навчання для максимальної ефективності та результативності освітнього процесу.

НОВІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ МЕДИЧНИХ СЕСТЕР ДО РОБОТИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Катерина БАБІЙ,
здобувач освіти
katebabiy@icloud.com
Ліліана СТРИЖАКОВСЬКА, к.мед.н.
Lilianastrvsk@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

У роботі розглядаються сучасні підходи до підготовки медичних сестер для роботи в умовах воєнного стану. Зокрема, обговорюється значення симуляційного навчання як ефективного засобу практичної підготовки, що дозволяє медичним сестрам набути необхідних навичок та реагувати на

надзвичайні ситуації; важливість психологічної підготовки для забезпечення емоційної стійкості під час військових конфліктів, а також етичні аспекти медичної допомоги у подібних ситуаціях. Дослідження підкреслює необхідність комплексного підходу до навчання, щоб забезпечити медичним сестрам не лише клінічні знання, але й практичні навички та моральну стійкість у найважчих обставинах.

Професія медичного фахівця вимагає глибокого розуміння не лише медичних аспектів, але й навичок, які необхідні для ефективного реагування на складні ситуації, зокрема, в умовах воєнного стану. Перш за все, важливо відзначити, що реалізація ефективного освітнього процесу для медичних сестер в умовах війни потребує комплексного підходу, який враховує практичні, етичні та психологічні аспекти.

Одним з ключових елементів є симуляційне навчання. Сучасні технології дозволяють створювати реалістичні сценарії, що імітують ситуації війни, де медичні сестри можуть вправлятися в наданні допомоги пораненим, реагувати на надзвичайні ситуації та вивчати процедури евакуації поранених. Це дає можливість збільшити реалізм навчання і підготувати медичних фахівців до реальних випробувань. Другим важливим аспектом є психологічна підготовка. Медичні сестри, які працюють у воєнних умовах, зустрічаються зі стресом, тривогою та посттравматичними симптомами. Тому необхідно включити до освітніх програм елементи психологічної підготовки, які допоможуть їм ефективно керувати стресом і залишатися емоційно стійкими під час екстремальних обставин. Крім того, важливо враховувати етичні аспекти медичної допомоги у військових конфліктах. Медичні сестри мають бути підготовлені до вирішення складних моральних дилем, пов'язаних з тим, кому надавати допомогу у першу чергу у ситуаціях, де ресурси обмежені.

Таким чином, нові методи підготовки медичних фахівців для роботи в умовах війни мають спрямовуватися на інтеграцію симуляційного навчання,

психологічної підготовки та етичного розгляду, щоб забезпечити їм не лише необхідні клінічні навички, але й вміння ефективно функціонувати в умовах воєнного стану, де кожна секунда може врятувати життя.

СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ ПЕРЕРИВАННЯ НЕЗАПЛАНОВАНОЇ ВАГІТНОСТІ

Ангеліна МОТІНА, Вікторія СУКАЧ
здобувачі освіти
motinaangelina2005@gmail.com
vikasykschjkoiytr@gmail.com
Лариса ВЕЛИКА, викладач
irena_deutsch@yahoo.de
Тетяна ІВЧЕНКО, викладач
ivchenkotv2020@ukr.net
Медичний фаховий коледж
Запорізького державного
медико-фармацевтичного університету
м. Запоріжжя, Україна

Актуальність теми:

Аборт є однією з найактуальніших проблем репродуктивного здоров'я жіночого населення внаслідок не тільки медичного, але психологічного і суспільного значення. Аборти мають як безпосередні наслідки для народжуваності, так і наслідки для наступних вагітностей: невиношування або безпліддя, що можна віднести до прямих репродуктивних втрат, які негативно впливають на демографічні процеси.

Мета: ознайомитися з проблематикою штучного переривання вагітності в різних країнах світу.

Завдання: визначити правові аспекти аборту в нашій країні; виділити негативні наслідки аборту; висвітлити динаміку деяких показників репродуктивного здоров'я жіночого населення в Україні; проаналізувати ставлення до штучного переривання вагітності в різних країнах світу; провести online опитування серед студентів МФК ЗДМФУ: аборт – «за» чи

«проти».

Об’єкт дослідження: репродуктивне здоров’я жіночого населення.

Методи дослідження: статистичний та бібліосемантичний.

За визначенням ВООЗ, аборт − це самовільне вигнання або екстракція ембріона (плода) масою до 500 г, що відповідає терміну гестації менше 22 тижнів. Право жінки на безпечний аборт закріплено в матеріалах Міжнародної конференції з питань народонаселення і розвитку (Каїр, 1994 р.) та Четвертої Всесвітньої конференції зі становища жінок (Пекін, 1995 р.), що схвалені Україною та лягли в основу нормативно-правової бази з питань збереження репродуктивного здоров'я.

В нашій країні штучне переривання вагітності за бажанням жінки вперше було дозволено законодавством у 1920 році. Починаючи з 1936 року аборти були заборонені, що призвело до зростання операцій по перериванню вагітності в позалікарняних умовах. З 1955 року на підставі Указу «Про скасування заборони абортів», дозволяється проводити операцію штучного переривання вагітності терміном до 12 тижнів в лікувальному закладі при відсутності медичних протипоказань.

В українському законодавстві існує низка нормативних документів, з урахуванням яких проводиться штучне переривання вагітності. Основним документом є Конституція України [1], яка містить положення, що безпосередньо стосуються забезпечення охорони репродуктивного здоров'я та планування сім'ї (ст.25, ст.49). Питання переривання вагітності строком до 12 тижнів регламентовані у ч. 6 ст. 281 «Цивільного кодексу України» [2] й у ст. 50 Закону України «Основи законодавства України про охорону здоров’я» [3]. Штучне переривання вагітності від 12 до 22 тижнів, а також внаслідок згвалтування**,** вагітності до 15 років та після 45 здійснюється відповідно до Переліку підстав, затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України [4]. Переривання вагітності можливе при порушенні внутрішньоутробного стану плода, генетичних та хромосомних

захворюваннях плода. Обстеження пацієнтки та проведення операції штучного переривання вагітності проводиться у відповідності до наказів МОЗ України [6, 7]. За незаконне проведення аборту в позалікарняних умовах передбачена кримінальна відповідальність згідно зі ст. 134 Кримінального кодексу України [5].

До негативних наслідків аборту належать: порушення менструального циклу, можливий розвиток гінекологічних захворювань після аборту, порушення стану вегетативної нервової системи, порушення роботи ендокринної системи, зниження опірності організму, виникнення постабортного синдрому. «Постабортний синдром» (ПАС) – це поєднання психічних симптомів хвороб, які можуть проявлятися внаслідок переживань після аборту [11].

Вважаючи, що аборти належать до найбільш вагомих чинників, що впливають на репродуктивний процес, необхідно звернути увагу на статистичні показники. За даними Центру медичної статистики МОЗ України за період 2015-2021 рр. маємо значне зниження загального показника абортів у 1,7 раза, а також показника медичних легальних абортів до 12 тиж. вагітності у 2,5 раза на 1000 жінок фертильного віку. У 2010 – зафіксовано 164 767 абортів, в 2022 – 44 931 аборт. Варто зазначити, що така позитивна тенденція зумовлена не законодавчими або іншими заборонами, а ефективністю заходів з планування сім'ї та інформованістю жіночого населення з питань репродуктивного здоров'я.

Кожна країна має свій погляд на проблему аборту. Глобальним питанням залишається одне: чи дозволяти проведення аборту, чи заборонити його. За даними Центру репродуктивних прав (CRR) [10], станом на липень 2023 року аборти повністю заборонені в 22 країнах або залежних територіях. У 43 країнах і територіях аборти дозволені лише тоді, коли життю жінки загрожує небезпека. Наступні 47 країн − це ті, де вагітність можна перервати, якщо під загрозою здоров'я жінки. У 12 країнах визнають вплив соціально-

економічного становища жінки, який може бути підставою для переривання вагітності. У 77 країнах світу аборти дозволені в будь-якій ситуації, як правило, до 12-го тижня вагітності, серед них більшість європейських країн. Винятком є країни, де закон про аборти залишається обмежувальним. В Євросоюзі це лише Польща (CRR назвав закон "дуже обмежувальним").

Серед студентів МФК ЗДМФУ було проведене online опитування: аборт - «за» чи «проти», в результаті якого встановлено, що 3,2% студентів виступають проти проведення абортів, а 96,8% студентів вважають, що аборти повинні бути легалізовані у кожній країні.

ВИСНОВКИ. Проблема абортів актуальна у всьому світі, вона розглядається в різних контекстах: правовому, медичному, соціальному, морально-етичному, психологічному. Існує надзвичайно велика кількість досліджень стосовно проблематики абортів та їх негативних наслідків. Аборт - не тільки медична, а й соціальна проблема. Шляхи її вирішення залежать не стільки від досягнень медицини, скільки від усвідомлення суспільством аборту як явища, яке торкає не тільки фізичний аспект здоров'я людини, а й психологічний. Робити чи не робити аборт – це вибір конкретної людини, ніхто не може дати відповіді на це питання, окрім самої жінки. Проте, щоб мати такий вибір, аборт, як мінімум, має бути дозволений в кожній країні.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ІНФОРМАЦІЇ:

1. Конституція України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к//96-вр#Text.

2. Цивільний кодекс України: Закон України від 16.01.2003 № 435-IV. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/435-15#Text.

3. Основи законодавства України про охорону здоров'я: Закон від 19.11.1992 № 2801-XII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12#Text.

4. Постанова Кабінету Міністрів України від 15.02.2006 року № 144 (144-2006-п) «Про реалізацію статті 281 Цивільного кодексу України» URL:

https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/144-2006-п#Text

5. Кримінальний кодекс України: Закон України від 05.04.2001 № 2341-III. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text.

6. Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 24.05. 2013 року № 423 «Про затвердження Інструкції про порядок операції штучного переривання вагітності, форм первинної облікової документації та інструкцій щодо їх заповнення». URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1096-13#Text.

7. Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 04.08.2023 №1401 «Про затвердження клінічного протоколу «Комплексна допомога під час небажано\ вагітності». URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1401282-23#Text.

8. Дані Центру медичної статистики МОЗ України за період 2015–2021 рр. URL: http://medstat.gov.ua.

9. Матеріали аналітичного центру ЮРФЕМ.Ua URL: https://jurfem.com.ua/about-us-3/.

10. Матеріали CRR (center reproductive rights). URL: https://reproductiverights.org/.

11. Критерії для діагностики постабортного синдрому (ПАС). URL: http://christian-psychology.org.ua/zhuttya_v_podruzhzhi/zhnka-v-podruzhzh/3897-kriteryi-dlya-dagnostiki-post-abortnogo-sindromu-pas.html.

IV. ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ: ПЕРЕВАГИ ТА РИЗИКИ

СУЧАСНІ СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ: ІСТОРІЯ, ВПЛИВ ТА РОЗВИТОК

Юлія КОРОТЧЕНЯ,
здобувач освіти
Олена ОМЕЛЬЧЕНКО, доцент
Придніпровська державна академія
фізичної культури і спорту
м. Дніпро, Україна

Соціальні мережі – це мережі, де люди спілкуються в Інтернеті, публікують інформацію та зображення, залишають коментарі або надсилать повідомлення. Учасники можуть розширювати особисті та ділові зв’язки, спілкуюватись з іншими через сайти та програми соціальних мереж.

Соціальні мережі використовуються для відпочинку, роботи та розваг. На відміну від простих месенджерів, вони пропонують цілу низку функцій для обміну та споживання контенту.

Розроблені у 80-х роках 20 століття, коли ще не було інтернету, електронні дошки оголошень, стали попередниками соціальних мереж; до 1988 року їх налічувалося вже понад 5000. Однак першою стандартною соціальною мережею вважається Classmates.com, запущена в США в 1995 році.

Бум соціальних мереж припав на початок 2000-х років, з появою таких відомих платформ, як LinkedIn (2002) і Facebook (2003).

Наразі найбільшу популярність серед користувачів завоювали соцмережі: Facebook, YouTube, Twitter, Instagram, WhatsApp, TikTok, Telegram.

Facebook є найбільшою соціальною мережею у світі. Щомісяця він має близько 3 мільярдів активних користувачів (37% населення Землі).

Соціальна мережа з'явилася в 2004 році в Гарвардському університеті.

Засновник Марк Цукерберг незабаром поширив його на інші навчальні заклади. Через деякий час вона стала доступна всім, а не тільки студентам. Таким чином Facebook залучив мільйони людей.

YouTube, який належить Google, став найпопулярнішою платформою для обміну відео у світі. Запущений він був у 2005 році і до 2006 року його аудиторія перевищила 100 мільйонів користувачів, а до 2020 року ця цифра зросла до 2 мільярдів. Кожен день на сайті переглядають мільярди годин відео.

YouTube став синонімом відео в Інтернеті, з аудиторією різного віку, статі та соціального статусу.

Twitter, започаткований у 2006 році як платформа для новин, перетворився на велику і відому соціальну мережу, особливо популярну серед молоді для розважальних та творчих цілей.

Instagram. Ця відома платформа з'явилася у 2010 році і наразі має понад 300 мільйонів активних користувачів, які переважно молоді, більшість з них мають вік до 34 років.

WhatsApp. Це досить популярний та безкоштовний онлайн-месенджер, який був створений у 2009 році. Зараз ним користується понад 1,5 мільярда людей, що означає, що кожен п'ятий житель планети використовує WhatsApp.

TikTok. Це китайська соціальна мережа, яка є досить молодою. Запущена в 2018 році, вона спочатку пропонувала обмін короткими відеороликами.

Telegram. Це безкоштовний месенджер, який дозволяє обмінюватися текстовими, відео- та голосовими повідомленнями, а також фотографіями, стікерами і документами у різних форматах. Крім того, в ньому є можливість здійснювати відео- та аудіодзвінки, проводити трансляції в групах і каналах, організовувати багатокористувацькі канали, групи та конференції. Періодично додаток оновлюється, впроваджуючи нові функції.

Але, спираючись на цікаві статистичні дані про соціальні мережі, слід зазначити, що вони мають позитивні і негативні сторони.

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ – ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ІНФОРМАЦІЙНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

Ярослава ГАТЕЖ,
здобувач освіти
yaroslavastudent1176@medkol.cv.ua
Євгенія СТЕФАНЮК, викладач
jane_stef@ukr.net
Лариса ПІЦ, викладач
larisapits66@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Соціальні мережі – найпопулярніші онлайн-платформи у світі. Користувачі соцмереж, таких як Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, WhatsApp створюють профілі, встановлюють зв’язки з іншими та обмінюються інформацією. Головна ідея соціальних мереж – створення віртуальних спільнот відповідно до інтересів, обмін думками та взаємодія один з одним. Окремі соцмережі мають велику активну аудиторію. Цілі їх використання: розповсюдження інформації, спілкування, саморозвиток, навчання, маркетинг, пошук роботи, розваги, відпочинок.

Соціальні мережі – важливий інструмент саморозвитку: перегляд пізнавальних фільмів, прослуховування музичних творів, читання наукової, спеціальної фахової та художньої літератури, вивчення іноземних мов, створення груп за інтересами, наприклад, волонтерська діяльність, здорове харчування, заняття з фітнесу та йоги, заняття гри на музичних інструментах.

Соціальні мережі – невід’ємна складова інформаційного освітнього середовища. Вони дозволяють здобувачам освіти зберігати міжособовий зв’язок, обмінюватися інформацією та можуть бути корисними щодо

організації групової роботи онлайн та офлайн. Особливо актуальним є вирішення тестових завдань на різних платформах, що забезпечує контроль та оцінювання знань студентів.

Сучасне студентство презентує покоління Digital Natives, яке не уявляє свого життя без інтернету та активно використовує ґаджети і цифрові інструменти в процесі навчання. Проаналізуємо переваги та недоліки соцмереж, цілі та мотиви, що спонукають здобувачів освіти до відвідування соціальних мереж.

З цією метою проведено анкетування студентів Чернівецького медичного фахового коледжу. Взяли участь 207 студентів, з них І курсу – 72, ІІ курсу – 70, ІІІ курсу – 45 та ІV курсу – 20 студентів. Найбільш популярними є Telegram, Instagram, TikTok, YouTube, Viber, менш популярними – Facebook, Twitter. 26, 4% опитаних проводять 5-6 годин на добу у соціальних мережах, 23,1% – 4-5 годин, 24,5% – 3-4 години, 13,5% – 2-3 години і лише 8,2% – всього 1-2 години. Вік переважної більшість респондентів, які найтриваліше проводять час в соцмережах – 16-17 років (51,2%). Отже отримані результати вказують на те, що соцмережі – важлива складова життя молоді, що забезпечує їх соціальну взаємодію. Однак, варто звернути увагу на те, як саме цей час використовується, з якою метою, адже важливий баланс між навчанням, розвагами та особистим розвитком. Найбільш цікавими для студентів нашого коледжу є пости на теми музика і кіно, розваги та гумор та обрана медична спеціальність. Менш цікавими – новини міста та країни, можливості працевлаштування, підготовка до ЄДКІ (Крок М), можливості подальшого навчання, підготовка до НМТ, знаменитості, відомі вчені та наукові дослідження.

Переважна більшість студентів (89%) слідкують за Чернівецьким медичним фаховим коледжем на сторінці в інстаграм, з метою отримання інформації: анонси подій, оголошення про конференції чи семінари, фотозвіти зі студентських заходів, корисні поради щодо навчання. Студенти

найбільше хотіли б знайти на сторінці коледжу інтерв'ю викладачів, новини про розваги та вечірки, проведені заходи та анонси, студентські організації та товариства.

Сповіщення в соцмережах часто перевіряють 85,1% респондентів, що свідчить про важливість сповіщень як ефективного джерела інформації та інструмента комунікації. В пості найбільше привертає увагу саме зображення (70,8%), а менше – заголовок (12,9%) та музика (12,9%). Разом з тим, більшість студентів затримуються в соціальних мережах надовго, замість того, щоб відповісти лише на повідомлення, що свідчить про ризики розвитку залежності від соціальних мереж. На питання «Що Ви робите коли, не можете відвідати соціальні мережі?» 74,9% респондентів відповіли, що займаються чимось корисним або розвиваючим, а 13% – нервують. Важливо, щоб соціальна активність не спричиняла відчуття дискомфорту.

Рівну кількість відсотків отримали відповіді «так» і «ні» на запитання «Чи Ви можете оцінювати людей за тим, яка у них сторінка у соціальних мережах?» Віртуальний образ сприйняття людини є важливим, але необхідно розуміти, що активність в соціальних мережах не завжди відображає об'єктивну характеристику особистості, бо демонструє лише обраний аспект життя.

У 80,8% випадків студенти коледжу використовують для пошуку в інтернеті саме пошукові сервіси. Також більшість (64,9%) переходить за посиланнями у соціальних мережах, а 27,9% – ні. 62,5% студентів вважає, що соціальні мережі допомагають їм у навчанні, бо надають доступ до корисної інформації, 26% впевнені, що все залежить від контенту, який переглядається і 10,6% стверджують, що інколи соцмережі можуть бути корисними, але частіше відволікають.

Отже, соціальні мережі, залучені в освітній процес, є інструментом мотивування та активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти. Проведене дослідження підкреслює необхідність подальшого вивчення

впливу соціальних мереж на психосоціальне благополуччя студентів та розробки стратегій їх збалансованого використання.

ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ: ПЕРЕВАГИ ТА РИЗИКИ

Марія ГРИНЮК,
здобувач освіти
mashagrinuk2006@gmail.com
Іліанна БІДНА, викладач
ilianna1986@i.ua
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Соціальні мережі стали не тільки місцем для спілкування та обміну інформацією, але й невід'ємною складовою сучасного способу життя. Використання соціальних мереж як спосіб комунікації постійно на етапі оновлення, покращення та зростання популярності. Проте разом із зручністю використання вони несуть певні небезпеки та негативні наслідки. Отже, давайте розглянемо основні переваги та недоліки використання соціальних мереж.

Переваги:

1. Освіта та розвиток. В нашому суспільстві це чи не найголовніший критерій. Він дає нам змогу покращуватись та не відставати від інновацій.

2. Підтримання зв'язку. Українці, як ніхто інший, зрозуміли важливість підтримки зв'язку. Бо він не тільки дає змогу спілкування з рідними та близькими, але й також допомагає боротися із ворогом.

3. Розширення соціального кола. Вони забезпечують можливість знайомитись із новими людьми, об'єднують спільноти за інтересами та професійними питаннями.

4. Розваги. Спостереження за культурними та громадськими діячами, читання книг, прослуховування музики, перегляд фільмів – це і багато

іншого допомагає нам з користю провести вільний час.

5. Новини. Більша частина сучасної комуни перейшла на даний спосіб отримання інформації про події у світі. Доводячи цим, те що соціальні мережі наразі актуальні всюди.

6. Маркетинг та реклама. Для бізнесу соціальні мережі стали потужним інструментом просування продуктів та послуг через таргетовану рекламу.

Що ж до недоліків та ризиків.:

1. Залежність. Велика кількість часу, проведеного в соцмережах, може забирати увагу від реальних спілкувань та важливих справ.

2. Кібербулінг. Користувачі соцмереж, а особливо діти та підлітки можуть стати об’єктами кібербулінгу: переслідування, залякування, поширення негативного, шкідливого чи неправдивого контенту про дитину на цифрових платформах.

3. Онлайн-грумінг. Це процес комунікації в інтернеті, під час якого злочинці налагоджують довірливі стосунки з метою сексуального насильства над нею в реальному житті чи онлайн: змушують виконувати певні сексуальні дії перед камерою.

4. Незадоволеність собою. Дослідження свідчать: використання соцмереж може призвести до незадоволеності своїм тілом, проблем із травленням, низької самооцінки, особливо серед дівчат-підлітків.

5. Проблеми з приватністю та конфіденційністю. Порушення правил конфіденційності та можливості витоку особистої інформації може призвести у необережних та довірливих споживачів починаючи до шахрайства та шантажу.

6. Шкода для репутації. Усе, що потрапляє в інтернет, залишається в інтернеті. Це може завдати шкоди репутації дитини зараз і в майбутньому.

7. Розповсюдження фейкових новин. Пам’ятайте, не завжди опублікована в соціальних мережах інформація є правдивою.

8. Шкідливий вплив на психіку людей. Деякі джерела стверджують, що

соціальні мережі несуть негативний вплив на психічне благополуччя людини, що може призвести до відчуття одинокості, стресу та зниження самооцінки.

Отож, соціальні мережі зараз дуже важливий засіб комунікації, що допомагає нам в розвитку, відкриває безліч можливостей для комунікації та співпраці, але важливо бути уважними до їхнього використання, додержуватися правил приватності та критично оцінювати інформацію, що надходить через різні платформи. Будьте обізнанні та усвідомлені у використанні соціальних мереж для досягнення балансу між перевагами та недоліками цього виду спілкування.

ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ: ПЕРЕВАГИ ТА РИЗИКИ

Катерина КОЧЕРГАН,
здобувач освіти
ketvk612@gmail.com
Олександр СКОРЕЙКО, викладач
Чернівецький медичний фаховий коледж
м.Чернівці, Україна

Чи уявляємо ми життя без можливості погортати стрічку в Instagram або Facebook? Кожного дня, годину та навіть хвилину ми використовуємо особистий профіль – це допомагає нам робити покупки, говорити з друзями та рідними. Але який вплив соцмереж на нас? Які є переваги та ризики? У 2022 році було проведене дослідження, ці дані показують, що в Україні інтернет користувачами є 31 мільйон населення, з яких 28 млн є активними учасниками соціальних мереж.

Висновок із цього дослідження – це те, що наше сучасне життя з усіх боків оточене соціальними мережами. Вони дають можливість спілкуватися, ділитися фото та відео, різними ідеями та інформацією. Комусь власний акаунт дає можливість показати себе у блогінгу, хтось створює власний

бізнес в інтернеті, а хтось просто використовує для пошуку однодумців та стеженню за користувачами. Соціальні медіа дають можливість розвиватись у різних сферах та навіть заробляти на цьому, комусь додатковий, а комусь основний дохід.

Беззаперечно важливою проблемою є фізичне здоров'я користувача мережі. Збільшується гіподинамія, коли людина годинами сидить за комп'ютером чи мобільним телефоном на дивані. Це призводить до соматичних патологій, проблем із зором, пам'яттю, самопочуттям та психічних розладів.

«Використання соціальних мереж може спричинити і закріпити проблеми зі сприйняттям тіла, вплинути на харчову поведінку і якість сну, а також призвести до соціальних порівнянь і низької самооцінки, особливо серед дівчат – підлітків», - каже Вівек Мерті (генеральний хірург США). Чоловік додав: «Ми перебуваємо в середині національної кризи психічного здоров'я молоді, і я стурбований тим, що соціальні медіа є важливим чинником цієї кризи»

Із перебігом теперішніх подій в Україні, є ризики проблем із нервовою системою людини під час перегляду негативних новин у соціальних мережах, які спричиняють стрес та тривогу. Окрім негативного впливу на здоров'я є можливість підштовхнути себе до небезпеки. Багато користувачів активно показують своє життя в соціальних мережах, де вони знаходяться, чим займаються та яке фінансове становище у них, чим і приваблюють шахраїв. Деякі люди використовують всемережжя для спаму, фішингу та інших шахрайських дій, а також для булінгу та кіберзлочинності. Особливо вразливі діти та підлітки, які можуть стати жертвами. Понад 40% українців стикаються в інтернеті з кібербулінгом, а 30% - з онлайн - шахрайством. Також популярною проблемою серед молоді є реалізація себе як особистості та вмінням пристосовуватись до навколишнього середовища, окрім спілкування в інтернеті. За даними представника Міністерства цифрової

трансформації України, серед населення 15 років і старше - 65% почуваються в онлайні незахищеними. 92% респондентів від 15 років користуються соцмережами щодня. Для вікової категорії 12-14 років цей показник є вищим і становить 98%.

Ризиків є більше, аніж переваг. На нашу думку, кожна людина має створити баланс між реальністю та віртуальним світом, більше часу приділяти сім'ї або посиденькам із друзями, аніж стежити за життям блогера, подорожувати та досліджувати світ власними очима, а не по відео із YouTube, адже життя швидкоплинне!

Використані джерела:

file:///C:/Users/User/Downloads/2_5228859431449531300.pdf

https://drukarnia.com.ua/articles/doslidzhennya-vplivu-socialnikh-merezh-na-nashe-zhittya-ta-mislennya-013_6

https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3281449-ponad-40-ukrainciv-stikautsa-z-kiberbulingom-tretina-z-sahrajstvom-onlajn.html

https://life.pravda.com.ua/health/2023/05/24/254437/

ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ: ПЕРЕВАГИ ТА РИЗИКИ

Олександра АХТЕМІЙЧУК,
здобувач освіти
ahtemijcuks@gmail.com
Тетяна ЛЮТИК, викладач
tetyana_lyutik@ukr.net
Вашковецький медичний фаховий коледж
м. Вашківці, Україна

З появою соціальних мереж світ кардинально змінився. У сучасному світі соціальні мережі стали невід'ємною частиною нашого життя.

Сьогодні існує величезна кількість соціальних мереж, кожна з яких

орієнтована на різну аудиторію, має свою специфіку і пропонує свої унікальні функції. За даними статистики, у наш час кількість користувачів соціальних мереж у світі налічує майже 5 мільярдів, що становить близько 60% населення планети.

Соціальні мережі – це набагато більше, ніж просто місце для обміну фотографіями та повідомленнями. Вони слугують потужним засобом для особистого спілкування, допомагають просувати бізнес і знаходити нові можливості в навчанні чи кар'єрі.

Соцмережі – це нероздільна частина життя молоді, оскільки вони представляють величезний простір для соціалізації, сприяють розвитку особистості та самовираженню підлітків. Створення профілю та підтримання його активності допомагає розвинути свою креативність, представити свої захоплення та досягнення.

Існують як позитивні, так і негативні наслідки використання соціальних мереж.

Тому важливо зберігати баланс щодо використання соцмереж у нашому житті. Потрібно використовувати соціальні мережі свідомо та відповідально, забезпечуючи своє здоров'я та благополуччя. Ми можемо змінити свої звички та навчитися керувати своїм часом та увагою, щоб забезпечити позитивний вплив соціальних мереж на наше життя.

Викладачі та студенти Вашковецького медичного фахового коледжу також йдуть в ногу з часом. У нас створений сайт коледжу, де зручно дізнатися про всю роботу коледжу. На ньому розміщено і багато інформації для студентів, тому майже кожного дня ми користуємося для зручності створеним сайтом ВМФК, використовуємо різні онлайн-платформи для поширення інформації про коледж, про проведені майстер-класи, конференції, виховні заходи, в загальному про все, чим і як «живе» наша альма-матер.

Створивши акаунти Facebook, Instagram та Tik Tok коледжу, майбутні

медики знімають відео про життя в коледжі, гуртожитку, різні відео-скетчі, а також повчальні уроки з медичних дисциплін, що допомагає краще освоїти матеріал.

А для покращення практичних навичок, студенти використовують такі сучасні програми як:

- *Reanimation inc* (для вивчення реанімаційних заходів при різних захворюваннях та травмах).
- *Anatomy 3d* (завдяки цій програмі можна вивчати анатомію людського тіла і візуально бачити як працюють органи різних систем).
- Також вивчають сортування потерпілих при масових ураженнях, та як саме надати домедичну і першу медичну допомогу за допомогою системи START та MARCH.

У результаті аналізу останніх публікацій з проблеми безпечного використання мережі Інтернет зроблено висновок, що ця проблема все ще недостатньо досліджена. Комунікація у соціальних мережах дозволяє вирішувати безліч проблем професійної та соціальної взаємодії, але в той же час, несе в собі й чисельні загрози психологічній безпеці особистості.

СОЦМЕРЕЖІ ЯК РУШІЙ ПРОГРЕСУ В РЕАЛІЯХ ВОЄННОГО СТАНУ

Яна ПОСНА,
здобувач освіти
posnayayana@gmail.com
Антоніна ДУДЧЕНКО, викладач
Сумський фаховий коледж економіки і торгівлі
м. Суми, Україна

Молодь − це соціально-демографічна група з абсолютно різними поглядами та думками на рахунок багатьох речей. Станом на сьогодні ми бачимо, що юнацтво дуже прогресивно впливає на розвиток різноманітних соціальних направлень, думок та мислень. Завдяки розбіжності думок і ідей в більшості ситуацій могли б утворитися конфлікти, але процвітання нового

українського суспільства зробило з юнаків та юначок не ворогів, а коаліцію, в якій будь-яка думка чи пропозиція поважається. Це, в першу чергу, є показником зрілого мислення, адекватних взаємовідносин з соціумом та лояльності до людей з іншим світоглядом.

Через повагу до думки інших утворюються різноманітні українські молодіжні об'єднання, які нерідко можна побачити у соцмережах. Саме вони є рушієм активного відтворення своїх поглядів і переконань, ведуть боротьбу за те, що вони вважають важливим. Підростаюче покоління використовує можливості інтернету «на всі сто відсотків», говорячи про важливі проблеми, закликаючи інших звернути увагу на те, що, на думку інфлюенсерів, є важливою проблемою сьогодення. Також молодіжні спілки наразі є дуже дружніми та толерантним один до одного, тому часто можна побачити, як підтримуються спільні ідеї.

Зараз найважливішою проблемою є війна, яка вже залишила відбиток у серці кожного українця. Наразі навіть найменші українці знають про війну майже на рівні з дорослими, адже з кожного українського телеканалу та сторінки улюбленого блогера можна побачити щоденне інформування про страшні події на території нашої країни. Щодня ми з острахом дивимося новини та молимося за наших героїв. Завдяки людям, котрі доповідають нам про всі події сьогодення ми, як звичайне мирне населення, можемо відчути себе спокійніше, адже незнання робить людину беззахисною та вразливою.

З перших днів війни всі українські спілки, блогери та зірки почали висвітлювати події кривавого російського наступу у своїх соціальних мережах. Саме завдяки тому, що лідери думок, котрі вже стали еталоном молодіжного суспільства, так активно просували тему війни у всіх соціальних мережах, вдалося організувати сотні благодійний акцій збору коштів для воїнів ЗСУ, що зробило наші позиції в тилу ворога набагато сильнішими. Не треба забувати і про підтримку зірок світового масштабу нашої України. Це також вдалося саме через те, що наші інфлюенсери

постійно говорили про потерпання людей від воєнного стану. Дописи з цією інформацією набирали мільйони вподобайок та коментарів в соціальних мережах, які дійшли до найпопулярніших зірок Голлівуду. А саме: Джуд Лоу, Марк Гемілл, Стівен Кінг, Віра Фарміга, Міла Куніс з Ештоном Кутчером, Ален Делон, Тільда Свінтон, Патрісія Веласкес, Г'ю Бонневілль, Катрін Денев, Річард Гір, Мікі Рурк, Кейт Бланшетт, Дженніфер Еністон та багато інших офіційно підтримують Україну. А 48-річна американська акторка Анджеліна Джолі підтримує Україну ще з 2014 року. Після повномасштабного вторгнення Джолі приїздила до Львова як посол доброї волі ООН. У своїх соцмережах акторка закликає світ підтримувати Україну та не залишатись осторонь. 47-річний британський актор Бенедикт Камбербетч неодноразово висловлював свою підтримку та солідарність українцям. 9 березня 2022 року під час церемонії нагородження Міжнародного кінофестивалю в Санта-Барбарі актор вийшов на сцену за нагородою та розгорнув синьо-жовтий прапор. Під час розмови зі Sky News в Королівському Альберт-Холі Бенедикт з’явився у смокінгу із закріпленою шпилькою жовто-блакитного кольору. «Нам потрібно робити пожертви, нам потрібно тиснути на наших політиків, щоб вони продовжували створювати тут якусь безпеку та притулки для біженців і людей, які страждають», − заявив Бенедикт Камбербетч на церемонії вручення кінопремій BAFTA-2022.

Як ми вже наголосили − молодь це рушій нашої нації. Саме спілки об'єднань молодих людей пишуть історію вже зараз. В першу чергу, це звісно, наші молоді воїни, які будучи зовсім юними парубками добровільно взяли в руки зброю і почали воювати за свободу нашої рідної неньки-України. Також велика подяка тим організаціям, котрі спрямовані на психологічну підтримку як жінок і дітей, так і військових. І ще, можна зазначити, що саме завдяки просуванню у соціальних мережах теми психологічного здоров’я все більше людей наважується сходити до спеціаліста і вирішити ті проблеми, котрі не давали їм спокою тривалий час.

Дуже приємно, що нормалізація психологів в суспільстві вже досягла великого прогресу, адже люди вже не соромляться говорити про свої ментальні проблеми і спонукають інших звернутися по допомогу. Відходячи від теми війни, згадаймо ще важливі соціальні теми, котрі просувають молодіжні організації на своїх сторінках у соціальних мережах − це булінг, насилля, расизм та сексизм. Нерідко у стрічці фейсбуку чи інстаграму можна побачити дописи про успіхи, досягнуті жінками у боротьбі за свої права, а саме цим зводяться нанівець стереотипи про приниження жінки в суспільстві, або ж аккаунти, котрі висвітлюючи тему булінгу і травлі, допомагають підліткам боротися з жорстокими діями однолітків.

Як же війна змінила правила спілкування у соцмережах? З перших днів війни ведення соціальних мереж неабияк змінилося. Це, звісно, спілкування виключно українською мовою, і повне блокування мови агресора. Зараз в інтернеті дуже жорсткі правила щодо мовного бар'єру, всі ті, хто досі спілкується ворожою мовою в соціальних мережах отримують купу хейту. Також це категорична заборона на використання російської музики в відеороликах. Це досить принципове питання, адже слухаючи, а тим паче, просуваючи такі композиції, люди збагачують фінансове положення росії, адже музика на офіційних сайтах завжди має монетизацію. Якщо говорити про зміни контенту, то, звичайно, більшу частину дописів присвячено саме темі війни. Це і світлини розбомблених міст, які потрібно просувати, щоб більше закордонних діячів мали змогу оцінити реальну картину, що в свою чергу дуже важливо для збору коштів. Також сьогодення важко уявити без акантів, які інформують нас про повітряні тривоги та новини. Щодо спілкування через різні месенджери, то звичайно, − це діалоги українською мовою. В розмовах все частіше з'являються запитання: «Як ти?» або ж інформування знайомих про тривогу чи ракетну небезпеку, адже кожен турбується за своїх близьких і допомагає їм якнайшвидше дізнатися важливу інформацію.

Отже, наша українська молодь − це дуже розумні, талановиті, добрі та справедливі люди. А завдяки тенденціям соціальних мереж ми можемо ділитися не лише красивими світлинами, а й висвітлювати соціально-важливі теми та допомогати інформацією іншим: саме через те, що проблему перестають замовчувати, люди роблять перший крок для її вирішення.

МЕДІАГРАМОТНІСТЬ ТА МЕДІАКОМПЕТЕНТНІСТЬ СУЧАСНОГО СТУДЕНТА

Катерина БІБІК,
здобувач освіти
katerinabibik2018@gmail.com
Антоніна ДУДЧЕНКО, викладач
a.s.dudchenko@ukr.net
Сумський фаховий коледж економіки і торгівлі
м. Суми, Україна

Нині сучасному студенту без допомоги інтернету немає змоги знайти ту чи іншу інформацію або новини, які потрібно для навчання та саморозвитку. На допомогу нам приходить медіаосвіта.

Медіаосвіта – це частина освітнього процесу, спрямована на формування в суспільстві медіакультури, підготовку особистості в суспільстві до безпечної та ефективної взаємодії із сучасною системою масмедіа, включаючи традиційні та новітні медіа з урахуванням розвитку інформаційних технологій.

Медіаосвіта спрямована на розвиток національної культури, сприяє зростанню престижності україномовного спілкування. Медіаосвіта в Україні є важливим засобом формування і зміцнення національної ідентичності, консолідації суспільства, формування свідомої громадянської патріотичної позиції особистості. Головне правило медіаосвіти — навчитися шукати інформацію та правильноро сприймати матеріал. Її можна знаходити в різних месенджерах, інформаційних (пошукових) джерелах. Саме завдяки

медіаосвіті зростає рівень медіаграмотності, тобто уміння використовувати, аналізувати, оцінювати, створювати та передавати інформацію.

Інфомедійна грамотність – це розуміння технології створення медіапродукту, долання негативних тенденції, створюваних ЗМІ. Інформаційна грамотність студента передбачає вміння цілеспрямовано працювати з інформацією та використовувати її для одержання, обробки та передачі інформації, застосовувати комп'ютерні інформаційні технології, сучасні технічні методи й засоби. Студент повинен бути здатним критично оцінювати інформацію, яку він сприймає, враховуючи її достовірність, авторитетність, об’єктивність та актуальність.

Щоб вміло користуватися інформаційною грамотністю, молодь використовує засоби масової інформації (ЗМІ). Тобто пресу, радіо, телебачення, соцмережі, кіноіндустрію, рекламні щити та панелі. Та вони можуть впливати по-різному. Позитивний вплив ЗМІ: розширює світогляд, інформує у всіх сферах, підвищує культурний та інтелектуальний потенціал, засіб розваг, засіб зв’язку. Негативний вплив ЗМІ: реклама шкідливих продуктів, зіпсований зір, жорстокі кадри, хибна інформація. Користуючись ТБ та Інтернетом студенти дізнаються набагато більше інформації, аніж від дорослих та викладачів і досить часто вони довіряють цим повідомленням не менше, а іноді навіть більше, ніж рідним і близьким.

Отже, через це ми стаємо інтернет-залежними, ведемося на маніпуляцію в інформаційній сфері, втрачаємо адекватність сприймання явищ, позбуваємося своєї індивідуальності, критичність мислення знижується, усвідомлення регресує, втрачаємо індивідуальну відповідальність, скриту чи відкриту агресію.

Пропозиції: включити медіаосвіту в програму навчання; вибирати надійні джерелах; розумно сприймати різні новини, розрізняти правдивість інформації та фейки.

Література

1.https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D1%96%D0%B0%D0%BE%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%B0

2. https://tnpu.edu.ua/navchannya/sylabusy/bakalavr/gram.pdf

3. https://eprints.kname.edu.ua/30767/1/105.pdf

4.https://naurok.com.ua/prezentaciya-na-temu-vpliv-zmi-na-zdorov-ya-pidlitkiv-290485.html

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ

Крістіна КОЗЛОВСЬКА,
здобувач освіти
kristinakozlovska165@gmail.com
Альона САВОСЮК, викладач
savosyuk.alena@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Соціальні мережі стали невіддільною частиною нашого життя. Сьогодні важко уявити своє життя без інтернету та інформафційних технологій. Вони зайняли особливе місце у житті кожної людини.

Соціальна мережа – соціальна структура, утворена окремими людьми або організаціями. Вона відображає розмаїті зв'язки між ними через різноманітні соціальні взаємовідносини. Вперше термін було запропоновано в 1955 році Дж. А. Барнесом. Кажуть, залежність від соціальних мереж не слабша, ніж у курця від сигарет. У США навіть придумали спеціальний термін – Facebook addiction disorder, що перекладається приблизно так: «розлад Facebook-залежності». Втім, у кого як: замість Facebook може бути будь-яка інша соціальна мережа. Все більше користувачів соціальних мереж вважають, що краще провести зайву годину в Інтернеті, а не зустрітися з друзями на прогулянці.

Та все ж, соціальні мережі – це чудовий винахід в галузі інформаційних технологій. Він має чимало переваг:

● соціальні мережі надають можливість спілкуватися з людьми, що живуть в різних містах і країнах;

● соціальні мережі надають можливість заводити нові знайомства;

● соціальні мережі надають доступ до різноманітного освітнього контенту (від відео до навчальних посібників);

● соціальні мережі надають змогу демонструвати свої таланти та інтереси (наприклад, мистецтво, музика, танці, рукоділля, арт);

● соціальні мережі є майданчиком для розвитку бізнесу. Тут можна прорекламувати свій інтернет-магазин, студію веб-дизайну або гурток танців;

● соціальні мережі допомагають отримати миттєву або більш доступну підтримку, коли людина почувається пригніченою або переживає складний період;

● соціальні мережі можуть забезпечити просте приємне проведення часу пасивного вечірнього відпочинку після насиченого дня без лишніх затрат енергії та сил;

● соціальні мережі об'єднують людей у групах за інтересами;

● соціальні мережі передбачають можливість приховати ідентифікацію своєї особистості (можна бути ким завгодно, а не тільки тим, хто ти є в реальному житті, оскільки чимало людей сором’язливі);

● соціальні мережі є засобом заробітку.

Незважаючи на чималу кількість переваг, які надають соціальні мережі, також існує і чимало недоліків від їх використання:

● через велику кількість розважальної, поверхневої і часто непотрібної інформації час перебування в соціальних мережах значно збільшується від попередньо очікуваного;

● надмірне проведення часу в соціальних мережах негативно позначається на нервовій системі людини, оскільки великий обсяг інформації нерідко стомлює і навантажує її;

● через залежність від соціальних мереж можна отримати небажані зміни гормональної системи;

● при наданні переваги спілкуванню в соціальних мережах втрачається навик реального спілкування, оскільки виникає звичка до онлайн-спілкування;

● надмірне виростання соціальних мереж негативно впливає на загальну працездатність;

● серед користувачів соцмереж чимало представників спецслужб, які використовують їх для організації стеження;

● недостатня захищеність приватної інформації, за умови її надання

● чимала кількість фейкової інформації та новин;

● у соцмережах поширеним є кібербулінг;

● часто доступ до контенту, що призначений для дорослих, не зовсім якісно прихований.

Відтак, можемо сказати, що соціальні мережі - це і добре і погано. Завдячуючи соцмережам, з'явилася можливість спілкуватися з рідними та близькими, котрі знаходяться далеко, знайомитися з великою кількістю однодумців, розкиданих по всьому світу, швидко бути в курсі суспільних подій, і це досить зручно. Та іншою стороною медалі є ризик отримати інтернет-залежність та цілий набір проблем зі здоров'ям, а також можливість натрапити на інтернет шахраїв чи скористатись неправдивої інформацією. Тож до їх використання треба підходити надзвичайно відповідально. Інтернет-спілкування має доповнювати реальне життя, а не бути основою всієї нашої діяльності.

Список літератури

1. Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу/ Р. Гнатюк. – URL:https://dt.ua/family/socialni-merezhi- spivvidnoshenny - pozitivu-i-negativu.html.

2. Данько Ю. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси / Ю. Данько. – Львів. – 2015. – 184 с.
3. Кузьмич С. Соціальні мережі: переваги та недоліки/ С. Кузьмич. – URL:https:// ij.ogo.ua/ya-zhurnalist/sotsmerezhi-perevagi-ta-nedoliki/
4. Орлова В. Соціальні мережі - комунікативний канал XXI століття / В. Орлова // Маркетинг в Україні. – 2010. - № 2. - С. 14-21.

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ЕФЕКТИВНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ВИКЛАДАЦЬКО-СТУДЕНТСЬКОЇ КОМУНІКАЦІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Марія КІЦУЛ,
здобувач освіти
kicylkmaria@gmail.com
Світлана АПРІУТЕС, викладач
apriutess@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Актуальність теми дослідження. Сьогодні мережа Інтернет являє собою нове комунікативне середовище, що має свої специфічні особливості. Останнім часом соціальні мережі стали основним засобом спілкування, обміну інформацією та соціальної взаємодії. Основне завдання вищої школи – не лише навчати, а й виховувати конкурентоспроможного фахівця, особу інноваційного типу мислення.

Мета: розглянути можливості використання соціальних мереж в навчанні студентів.

Методи дослідження: аналітичний, описовий, структурний.

Інтернет – це невід’ємна частина в житті кожної людини. Завдяки Інтернету і мобільним мережам доступ до інформації відкритий практично скрізь. Тому навчальні аудиторії перестають бути єдиним місцем, де студенти отримують знання. Викладач і підручники вже не єдині джерела

інформації. Соціальні мережі надають такі інструменти для навчання: групи та чати, виклад навчальних матеріалів, обмін файлами, опитування та надання інформації.

Основними перевагами використання комп'ютерних технологій є: доступ до освітнього процесу у різних надзвичайних ситуаціях та в будь-якому місці, зручність для викладача та студента, економія часу та коштів, легкий доступ до інформації, яка необхідна для навчання, можлива індивідуальна робота з кожним здобувачем освіти у вільний час.

Сьогодні суб'єктам освітнього процесу – викладачам та студентам, поставлені такі умови: можливість вчити і навчатися дистанційно, доступ до інформаційного забезпечення, гнучкість роботи, оперативність в передачі й отриманні знань, бути комунікабельним й обізнаним з новітніми інформаційними технологіями. Соціальні мережі є досить популярними сервісами молодіжної комунікації, обміну думками й отримання інформації. Спілкування викладача зі студентами через соціальні мережі в навчальних цілях не лише індивідуалізує віртуальний навчальний простір студента, але й змінює соціальну роль викладача: він стає товаришем, помічником, наставником. За такою формою організації навчального процесу майбутнє, оскільки використання соціальних мереж як одного з найпопулярніших сервісів проведення часу студентами надасть освіті більшої мобільності, інтерактивності, доступності, а це підвищить мотивацію до навчання, вплине на якість результатів пізнавальної діяльності студентів.

Отже, соціальні мережі – новий метод інтерактивного навчання, який наразі активно впроваджується в освітній процес. Використання соціальних мереж допомагає створити позитивну навчальну спільноту та здорове навколишнє середовище. Застосування соціальних мереж має бути керованим та цілеспрямованим процесом і їх використання повинно враховуватись як розробка якісного навчання студентів.

ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ

Анастасія ГРЕК,
здобувач освіти
greknasta864@gmail.com
Вероніка КОРПАН, викладач
korpan.weronika@gmail.com
Ківерцівський фаховий медичний коледж
Волинської обласної ради
м. Ківерці, Україна

В останні десятиліття XXI століття відбулися радикальні зміни в галузі інформаційних комунікаційних систем. Ми переживаємо історичний період дуже швидкого росту інформаційних технологій, яке передбачає проникнення технологічних механізмів й інформаційних систем у повсякдення життя людства, зумовлюючи масове використання інформаційно-комунікаційних технологій в усіх сферах життя.

Невідворотним наслідком є інформатизація освітніх процесів, яка передбачає використання технологічних розробок, соціальних сервісів; пришвидшення процесу здобуття нових і закріплення старих знань, процесів обміну інформацією; наближення інформативних і пізнавальних матеріалів до кінцевого споживача, який використовує їх для власного становлення в процесі навчання.

Соціальні мережі – це платформи, на яких користувач серед інших можливостей може зв’язуватися та взаємодіяти з іншими користувачами, завантажувати мультимедійний вміст, генерувати рекламу, створювати можливості для роботи, розширювати своє соціальне коло.

Поняття «соціальна мережа» в сучасних джерелах стосовно Інтернету вживається в двох значеннях: в якості спільноти людей, утвореної на основі розгалуженої системи міжособистісних зв’язків, та у якості веб-сервісу, що надає можливості для підтримки таких зав’язків та утворення віртуальних

груп за інтересами.

Основними елементами соціальних мереж є особисті профілі, зв'язки (друзі, підписники, контакти), стрічка новин та можливості спілкування (чати, коментарі, лайки). Сьогодні існує величезна кількість соціальних мереж, кожна з яких орієнтована на різну аудиторію, має свою специфіку і пропонує свої унікальні функції.

Соціальні мережі сьогодні:

- полегшують комунікацію, даючи нам змогу залишатися на зв'язку з друзями та близькими навіть на великих відстанях;

- є майданчиком для обміну інформацією, що сприяє поширенню знань;

- служать вагомим інструментом для самовираження, що особливо актуально для молоді сьогодення;

- є потужним інструментом для навчання різновікової категорії людей.

Соціальні мережі – невід'ємна частина життя підростаючого покоління, оскільки вони представляють величезний простір для соціалізації, сприяють розвитку особистості та самовираженню підлітків. Створення профілю та підтримання його активності допомагає молоді розвинути свою креативність, представити свої захоплення та досягнення. В них вони спілкуються з друзями, родичами та однолітками, знаходять нових знайомих зі спільними інтересами. Проте, є і недоліки у використанні соціальних мереж:

- якість інтернет-з'єднання;

- відволікання іншими подразниками (повідомлення від інших людей, сповіщення, реклама);

- часте перебування в соціальних мереж може призвести до залежності;

- надто багато інформації може викликати втому.

На сьогодні багато платформ пропонують широкий вибір освітнього контенту, який допомагає студентам поглибити свої знання в потрібній їм сфері. З метою вивчення поширеності соціальних мереж серед студентів,

нами було проведено опитування серед 1-3 курсів «Використання соціальних мереж під час навчання».

Шляхом анонімного анкетування опитано: 88 студентів.

Студенти давали відповіді на питання:

1) Якою соціальною мережею найбільше користуєтеся?

Facebook 0,13%, YouTube 0,44%, TikTok 0,81%, Instagram 0,84%, Telegram 0,93%;

2) Яку соціальну мережу використовуєте для покращення навчання?

Facebook 0%, YouTube 0,80%, TikTok 0,11%, Instagram 0,07%, Telegram 0,41%

3) Чи часто відволікаєтеся на інший контент під час навчання в мережі?

Так 0,43%, ні 0,57%;

4) Скільки часу в день приділяєте навчанню за допомогою соціальної мережі?

До 1 години 0,3%, 2 години 0,52%, понад 3 години 0,18%;

5) Скільки часу в день приділяєте соціальній мережі?

До 1 години 0,1%, 2 години 0,27%, понад 3 години 0,63%;

Результати опитувань наведені на діаграмі (рис. 1).

Рис.1. Використання соціальної мережі.

З цього опитування можна зробити висновки, що студенти більше користуються Telegram каналом, та відео з YouTube контенту. Отже, соціальні мережі у процесі навчання дають можливість зробити навчальний процес більш інтерактивним, різноаспектним, цікавим і пізнавальним, простим у комунікаціях і комфортним студентів. Популярність соціальних мереж через великий обсяг цікавої і корисної інформації, неформальне спілкування без „кордонів" стає вагомим показником їх значущості для молоді.

Список використаних джерел:

1. Що таке соціальна мережа? (види, класифікація, безпека) https://futurenow.com.ua/shho-take-sotsialni-merezhi-vydy-klasyfikatsiya-bezpeka/ (дата звернення: 1. 04. 2024).

2. Лук'янова В.А. Використання інструментів соціальних мереж у процесі навчання: тези доп. 26-го Міжнародного молодіжного форуму. Харків, 2022.

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ

Олександра НІКІТІНА,
здобувач освіти
123mymba@gmail.com
Олександр ГОРОХОВ, викладач
gorhov.olexandr@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Дослідження присвячене аналізу використання соціальних мереж у сучасній комунікації з урахуванням їх переваг та ризиків. У роботі розглядаються основні переваги соціальних мереж, такі як сприяння спілкуванню та зв'язку, розширення можливостей для розвитку особистості, а також підвищення публічної свідомості. Однак, у роботі звертаємо увагу на ризики, пов'язані з використанням соціальних мереж: приватність та безпека, залежність та відволікання, швидке поширення дезінформації та психологічні наслідки, а також про підвищення усвідомленості щодо користі та небезпеки використання соціальних мереж у сучасному суспільстві.

Використання соціальних мереж у сучасній комунікації має такі переваги:

- соціальні мережі дозволяють людям легко спілкуватися з друзями, родиною та колегами незалежно від відстані. Вони сприяють збереженню зв'язків і створенню нових;

- розширюють можливості, дозволяють знайомитися з новими людьми, ділитися інформацією та ідеями, знаходити роботу або співробітників, а також розвивати особисті та професійні навички;

- служать платформою для публічної свідомості про різноманітні питання, зокрема про освіту, політику, культуру, технології тощо;

є важливим інструментом для просування послуг через рекламні кампанії та прямий контакт з клієнтами.

Ризики. Публікація особистої інформації може призвести:

- до порушення приватності та може бути використана зловмисниками для шахрайства, крадіжки ідентичності або кібератак;
- до залежності та відволікання від реального життя, що може негативно вплинути на продуктивність та здоров'я;
- стати платформою для швидкого поширення дезінформації та фейкових новин, що може призвести до спотворення реальності та погіршення обстановки в суспільстві;
- до психологічних наслідків (стресу, тривоги та низької самооцінки): постійне порівняння себе з іншими та отримання позитивного або негативного зворотного зв'язку.

Отже, соціальні мережі – це інструмент, а не ціль. Тому важливо зберігати баланс між використанням соціальних мереж та нашим реальним життям. Використання соціальних мереж має бути свідомим та збалансованим. Важливо вміти контролювати час, проведений у соціальних мережах, використовувати засоби захисту персональних даних та дбати про своє здоров'я та використовувати ці платформи з усвідомленням їх можливих наслідків.

ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У СУЧАСНІЙ КОМУНІКАЦІЇ: ПЕРЕВАГИ ТА РИЗИКИ

Оксана ЛИСА,
викладач
lusanikoksana@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж,
м. Чернівці, Україна

XXI століття – це розквіт технологій та науки, які роблять наше життя простішим і зручнішим, але поряд з позитивними аспектами вони негативно впливають на здоров’я людини.

Медиками доведено, що часте використання ґаджетів негативно впливає на фізичне та моральне здоров’я людини. Випромінювання від них створює ризик розвитку хвороб, які знижують слух, зір та розвивають серцево-

судинні захворювання.

До негативної дії ґаджетів найбільш чутливими системами організму є нервова, імунна, ендокринна та статева. Підвищений ризик розвитку захворювань припадає на період їх активного розвитку.

Тривала робота на комп'ютері «перевантажує» мозок та пам'ять і призводить до розумової втоми та порушення уваги. Внаслідок нервово-емоційної напруги швидко розвивається перевтома, що провокує головний біль, шум у вухах, запаморочення, нудоту – інформаційний невроз.

У процесі роботи з комп'ютером розвивається комп'ютерний зоровий синдром – зниження гостроти зору; труднощі при переводі погляду з ближніх предметів на дальні і назад; відчуття змін забарвлення предметів; двоїння.

Робота за комп'ютером викликає сухість очей, чутливість до світла, двоїння, втому та головний біль. Крім того, портативні пристрої вимагають, щоб користувачі були близько до обладнання. Це призводить до підвищеної напруги м'язів, короткозорості.

Щоб зменшити навантаження на очі:

- Кожні 20 хвилин робіть 20-секундну перерву і дивіться вдаль.
- Поміняйте колір фону своїх пристроїв на холодний сірий.
- Відрегулюйте монітор ПК так, щоб він знаходився прямо перед обличчям і трохи нижче рівня очей.
- Слідкуйте, щоб очі були досить далеко від екрану.
- Частіше моргайте.

Дослідження показали, що вплив синього світла знижує рівень мелатоніну – гормону, який відповідає за циркадні ритми (природний цикл неспання та сну).

Щоб уникнути безсоння мінімізуйте використання ґаджетів перед сном.

Інформаційні технології чинять гіпнотичний вплив на інтелект та духовність підлітків, а комп'ютерні ігри здатні довести до повного змішування реального та віртуального світу.

Тривале перебування за комп'ютером призводить до недостатнього, нерегулярного, незбалансованого харчування, наслідком якого є порушення роботи травного тракту, вітамінна та мінеральна недостатність, що є причиною метаболічних ендокринних, та статевих порушень, пов'язані зі зміною регуляції з боку нервової та нейроендокринної систем.

Вимушена поза з нахилом уперед призводить до проблем зі спиною та головних болей, поганої постава та ранній дегенерації хребта; збільшує навантаження на шийний відділ хребта; призводить до звуження грудної клітки, що відбивається на заповненні шлуночків серця кров'ю і серцевому ритмі.

Рецепт – більше рухайтеся, робіть перерви, виконуйте прості фізичні вправи та частіше гуляйте на свіжому повітрі.

Але дозована та спрямована робота на комп'ютері має багато позитивних якостей, особливо на етапі пізнання світу, формування корисних навичок.

Молодь отримує великі можливості для всебічного саморозвитку, освіти та розширення комунікативних зв'язків.

САМОІДЕНТИФІКАЦІЇ ЧЕРЕЗ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ: ВПЛИВ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ТА САМОСВІДОМОСТІ

Мілена-Єлена ГЛОПІНА
milenaelenaglopina@gmail.com
Людмила УКРАЇНЕЦЬ
к. психол.н.
lydmulaukr@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

В умовах сьогодення однією із форм комунікації є соціальні мережі. Вони стають все більш ефективним і незамінним комунікаційним каналом,

тому ця взаємодія набуває особливої актуальності.

Складно уявити сучасний світ без гаджетів, інформаційних технологій та інтернету. Вони встигли зайняти «свою нішу» в житті кожного. Мільярди людей сьогодні не уявляють свого життя без цілодобового використання мобільного телефона, спілкування в соціальних мережах. Прокидаючись вранці й лягаючи спати ввечері, вони обов'язково перевіряють свої мобільні пристрої й переглядають стрічки новин у Facebook, Instagram чи Twitter та інших мережаж. Саме у віртуальному просторі вони читають і публікують новини, знаходять інформацію, переказують життєві історії, дають рекомендації, діляться проблемами та враженнями, виявляють емоції, шукають прихильників та однодумців, відзначають особливі події в житті. Соціальні мережі забезпечили можливість переходу від односторонньої, надання інформації аудиторії, до двосторонньої комунікації, що передбачає наявність зворотного зв'язку, залучення підписників спільноти до діалогу, отримання їхніх відгуків, зворотнього фідбеку.

Сьогодні, безперечно, немає ефективнішого каналу для реалізації нашої комунікації, ніж соціальні мережі. Але, перш ніж заявити про себе в соціальних мережах, необхідно чітко з'ясувати, де і як здійснюється комунікація.

Пам'ятайте: якщо ви вирішили вести сторінку в соціальній мережі, вважайте за свій обов'язок постійно створювати й публікувати контент високої якості, що буде актуальним і цікавим для вашої аудиторії. Однак створення контенту — це лише перший крок, адже, окрім цього, треба буде щоденно відстежувати стрічку й відповідати на коментарі, приватні повідомлення користувачів. Соціальні мережі потребують багато часу, іноді ми навіть цього не помічаємо та губимося в часі.

Соціальні мережі – це платформа для розвитку. Їх можна і навіть потрібно використовувати як інструмент для саморозвитку. А саме: дивитись пізнавальні фільми, слухати хорошу музику, читати цікаві книги, вивчати

іноземні мови. Тут створені групи з інтересів, в яких можна знайти різні цікавинки, наприклад, відео із заняттями з фітнесу або ж з уроками гри на музичному інструменті.

Поряд із цим, соціальні мережі можуть допомогти під час освітнього процесу, особливо при переході на дистанційну форму навчання. З їхньою допомогою можна обмінюватися конспектами лекцій, завданнями з практичних й лабораторних робіт та іншою корисною інформацією, робити спільний, груповий проєкт.

Серед всіх переваг інтернет простору є й негативні складові, що полягають у невмінні «профільтрувати» інформацію соцмереж. Через велику кількість розважальної, поверхневої і часто не зовсім потрібної інформації час перебування в цьому просторі значно збільшується. Таке проведення часу може негативно позначатися на здоров'ї, як фізичному так і ментальному. Великий обсяг інформації нерідко втомлює та виснажує нервову систему, а іноді й взагалі забирає сон. Мінусом є й те, що особистість втрачає звичку реального спілкування, звикає до спілкування у режимі онлайн. Переписуючись у соцмережах, часто не дотримуються правил граматики та пунктуації, використовують мізерний словниковий запас, емоції замінюються смайликами – все це негативно позначається на спілкуванні у реалії. Ще одним ризиком є залежність від соцмереж.

Безперечно, соціальні мережі мають вплив на людину. Науково-технічний прогрес не зупинити, та й не варто цього робити, важливо вміти раціонально використовувати їх. І тоді вони будуть доповнювати наше життя, а не марнувати.

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК НАЙПОШИРЕНІШИЙ ЗАСІБ КОМУНІКАЦІЇ МОЛОДІ

Максим ЧОРНОБАЙ,
здобувач освіти
maksimcornobaj@gmail.com
Ірина ГУСАК,
викладач
ira888gusak@gmail.com
ВСП «Київський фаховий коледж комп'ютерних технологій та економіки Національного авіаційного університету»
м.Київ, Україна

Розвиток нових технологій змінив способи комунікації в усьому світі, особливо яскраво це проявилося після епідемії коронавірусу, а також в Україні з початком воєнних дій зросла кількість офіційних каналів комунікації у Telegram, Facebook, YouTube та інших соціальних мережах.

Соціальні мережі дають людям безмежні можливості для спілкуватися та передачі інформації по всьому світу, навіть не виходячи з власної кімнати. Але важливо розуміти, що потрібно свідомо та відповідально використовувати соціальні мережі для того, аби уникнути можливих конфліктних ситуацій та неприємностей у майбутньому. Мова йде про особисті дані, репутацію та багато інших важливих факторів, які стають доступними багатьом користувачам, з якими ми взаємодіємо. Так, наприклад, за даними Statista, у 2023 році 4,62 мільярди людей користувалися соціальними мережами, що становить 58,4% населення світу. Сам вплив соцмереж є темою, яка бентежить не тільки звичайних людей, а й психологів та дослідників. А щоб соціальні мережі для користувачів не стали загрозою, потрібно свідомо використовувати можливості, які вони надають нам.

Соціальні мережі – це онлайн-платформи, які дозволяють користувачам створювати профілі, підключатися до спільнот, вступати в діалог та обмінюватися різноманітним контентом. Вони надають можливість

з’єднатися зі старими друзями, зустріти нових, поділитися думками, фотографіями, відео та іншими матеріалами [5]. Їх можна уявити як онлайн-міста, де люди з різними інтересами та з різних куточків планети можуть знаходити одне одного, спілкуватися та обмінюватися думками. Вони являються потужним інструментом, який має як позитивні (спілкування, нові знайомства) так і негативні (залежність, кібербулінг) наслідки для суспільства в цілому. Людство зараз просто неможливо уявити без використання соцмереж, в Україні користувачами є понад 60% .

Позитивним впливом соціальних мереж, наприклад Telegram, Facebook, Instagram, є спілкуються людей зі своїми друзями, родиною, які інколи можуть жити в іншому куточку світу, пошук нових друзів та однодумців, допомога один одному, наприклад, збір коштів на лікування конкретної людини, допомога ЗСУ, інформування про події в Україні та у світі, поширення навчальної інформації, самонавчання [1].

Перед здобувачами освіти відкриваються великі можливості завдяки соцмережам. Можна отримувати доступ до навчальних матеріалів, конспектів, книг у будь-який зручний час. Створюються онлайн-групи за допомогою різних платформ, організовується навчальний процес, проводяться та виконуються завдання. Часто використовуються онлайн інструменти, наприклад, Kahoot, Canva, які допомогають створювати студентські проєкти, ділитися ними з іншими учасниками навчального процесу.

Негативним впливом соціальних мереж, тобто такому, що шкодить фізичному та ментальному здоров’ю користувача є залежність від надмірного їх використання завдяки виділенню дофаміну (гормону мотивації та задоволення), стрес на реакцію від не дуже коректного відгуку інших користувачів щодо опублікованого фото або відео, вплив на самооцінку, порушення сну, можливі провали у пам’яті та зниження концентрації уваги, віртуальне спілкування заміняє спілкування з реальними

друзями, а також небезпеку становить кібербулінг.

Вчені провели дослідження щодо Facebook, Instagram та Snapchat і з'ясували, що чим більше часу людина проводить там, тим поступово менше вона починає бути задоволена своїм життям. Така закономірність працює не так сильно через залежність як через заздрість: люди часто публікують певні досягнення, при цьому не показуючи чи не розказуючи про те, яким чином вони такого досягли, скільки зусиль було докладено, і це розуміє далеко не кожна людина, думаючи що на фоні когось, вони зовсім ні на що не здатні. Саме це з великою вірогідністю може викликати депресію і як наслідок проблеми із психічним здоров'ям [4].

Соцмережі мають безліч фільтрів, які люди використовують аби на фото та відео виглядати краще, ніж у реальному житті. Це ще один досить вагомий факт, який призводить до розвитку депресії. Найбільше проблема проявляється у молодих людей. Також завдяки дослідженню Journal of Social and Clinical Psychology доведено те, що із більшим використанням соцмереж збільшується почуття самотності, а не навпаки, тому що спілкування в мережі відрізняється від спілкування з реальними друзями. Окрім цього у людини знижується продуктивність, що призводить також до поганого фізичного, емоційного стану та ментального в цілому[3].

Кібербулінг – це булінг із застосуванням цифрових технологій. Він може відбуватися в соціальних мережах, платформах обміну повідомленнями (месенджерах), ігрових платформах та мобільних телефонах. Це неодноразова поведінка, спрямована на залякування, провокування гніву чи приниження тих, проти кого він спрямований. Приклади включають:

- поширення брехні про когось або розміщення фотографій, які компрометують когось, у соціальних мережах;
- надсилання повідомлень або погроз, які ображають когось або можуть завдати комусь шкоди, через платформи обміну повідомленнями;

• видання себе за когось іншого/іншу і надсилання повідомлень іншим людям від його/її імені.

Особистий булінг та кібербулінг часто пов’язані між собою. Але кібербулінг залишає цифровий слід – записи, який може слугувати доказами, що дозволять зупинити цькування [**2**].

Наслідки кібербулінгу можуть бути різними, а саме: ментальними (пригніченість, злість, відчуття самотності, неповноцінності), емоційними (почуття сорому, вигорання до улюбленої справи або до усього), фізичними (втома, головний біль). Усі ці причини є більш суттєвими ніж здаються, тому що інколи можуть призводити до самогубства.

Отже, соціальні мережі є найпоширенішим засобом комунікації у всьому світі, особливо молоді. Але слід бути відповідальним за свій час та діяльність у соцмережах, пам’ятати про толерантне ставлення до інших користувачів, а найголовніше - власну безпеку, аби не зашкодити своїм планам та здоров’ю.

Список використаних джерел

1.Дослідження впливу соціальних мереж на наше життя та мислення.-Ресурс: http://surl.li/sivdz

2.Кібербулінг – що це та як це зупинити?-Ресурс: https://www.unicef.org/ukraine/cyberbulling

3.Цифрова залежність: що відомо про вплив соцмереж на психічне здоров'я.-Ресурс: http://surl.li/rropn

4. Як соцмережі впливають на наш настрій, сон, психічне здоров'я і стосунки. - Ресурс: http://surl.li/mepwz

5.Як соціальні мережі впливають на суспільство та бізнес.- Ресурс: http://surl.li/sivnp

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ОСВІТНІ ПРОЦЕСИ: НОВІ ФОРМИ НАВЧАННЯ ТА СПІВПРАЦІ В МЕРЕЖІ

Анастасія ШАХРАЙ,
здобувач вищої освіти
nastiahorchenko@gmail.com
Ганна ПОПОВИЧ,
к.мед.н.
annapopovich17@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Соціальні мережі набули значного поширення в останні роки: це ще відносно нове явище, особливо у сфері освіти. Зі збільшенням використання інтернету та платформ соціальних медіа молодь використовує ці інструменти. За допомогою огляду літератури відповідних досліджень і статей наше дослідження має на меті висвітлити потенційні переваги та недоліки соціальних мереж, а також визначити найефективніші платформи та інструменти для покращення освітнього досвіду студентів.

Це дослідження підкреслює необхідність нюансованого підходу до використання соціальних медіа для покращення навчання та залучення до освіти студентської молоді. Останнім часом популярність соціальних мереж зросла протягом кількох останніх років і зараз ними користуються мільйони людей у всьому світі. Платформи соціальних мереж впливають на те, як ми спілкуємося, проводимо вільний час і навчаємося.

Платформи соціальних мереж використовують для навчання студенти, учні. Вони є корисними і для викладачів, і для батьків.

Це інтернет-середовище для спілкування, співпраці та спільного використання ресурсів. Дозволяє викладачам створювати віртуальні класи, групи, де вони можуть публікувати завдання, тести, інші освітні ресурси. Ці платформи також можна використовувати для проведення конференцій, круглих столів, сприяють онлайн-дискусіям, обміну оголошеннями та

надають зворотний зв’язок зі студентами. Однією з ключових особливостей освітніх платформ, наприклад meet, є зосередженість на конфіденційності та безпеці.

Платформа дозволяє викладачам створювати закриті кабінети, щоб мали змогу зайти на заняття чи конференцію лише члени конкретної групи, отримати доступ до вмісту та спілкуватися один з одним.

Недоліки:

• Залежність і витрачання часу: соціальні медіа можуть викликати звикання.

• Соціальні мережі можна використовувати як платформу для залякування та інші форми онлайн-зловживань, які можуть мати негативний вплив на психічне здоров'я та благополуччя.

• Платформи соціальних мереж можуть збирати та ділитися особистими даними інформації, що викликає занепокоєння щодо конфіденційності та безпеки даних.

• Соціальні мережі можуть використовуватися для поширення неправдивої чи оманливої інформації, яка може мати шкідливі наслідки.

• Використання соціальних медіа пов’язують із підвищенням рівня тривоги, депресії та інших проблем психічного здоров’я, особливо серед таких уразливих груп, як діти та підлітки. Варто зазначити, що переваги та недоліки соціальних мереж часто взаємопов’язані.

Отже, використання соціальних медіа в освіті має потенціал для значного покращення навчання, але до цього слід підходити обережно, враховуючи переваги та проблеми, а також вживаючи активних заходів для пом’якшення потенційних ризиків.

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА СУЧАСНУ МОЛОДЬ. ПОЗИТИВНІ ТА НЕГАТИВНІ НАСЛІДКИ

Юлія БАБІЙ,
викладач
juliatsupalo@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
М. Чернівці, Україна

На сьогоднішній день соціальні мережі стали невід`ємною складовою нашого життя. Ними користуються більше 90% населення нашої планети. Лідерами соціальних мереж уважаються Facebook, YouTube, Instagram та TikTok. Це онлайн-платформи, які дозволяють користувачам спілкуватися, обмінюватися інформацією та будувати віртуальні спільноти. Вони можуть бути використані для знаходження друзів, знайомств з новими людьми, розповсюдження новин та інформації, спільного перегляду відео чи фото, а також для ведення бізнесу тощо.

В сучасному світі молоде покоління більше надає перевагу комунікаціям саме через інтернет, ніж живому спілкуванню. Вони стверджують, що їм так простіше щось говорити або писати , ніж наживо. Адже для цього не потрібно кудись виходити, приводити в порядок свій зовнішній вигляд, некомфортно себе відчувати чи соромитись під час розмови…

Існують як позитивні, так і негативні наслідки використання соціальних мереж. До позитивних відносять:

- СПІЛКУВАННЯ. Ми можемо вести діалоги з абсолютно будь-якою людиною з різних куточків світу, вільно висловлювати свої думки та покращувати комунікаційні навички.
- ДОЗВІЛЛЯ. Це можливість демонструвати свої таланти та інтереси. Також можна вступати до різноманітних груп, ділитися своїми захопленнями, стежити за відомими людьми, громадськими діячами.

● САМОРОЗВИТОК. Соціальні мережі - це чудовий інструмент для саморозвитку, вивчення іноземних мов, слухання музики, читання книг тощо.

● ЗНАННЯ. Це доступ до різноманітного освітнього контенту (від відео до навчальних посібників).

● БІЗНЕС. За допомогою соціальних мереж людина може створити і розвивати свій бізнес.

Якщо користуватись соціальними мережами в міру і відповідально, вони є чудовим пізнавальним інструментом для молоді. Але цієї межі не завжди дотримуються, тому є і негативні наслідки. Серед яких:

● ЗАЛЕЖНІСТЬ. Від соціальних мереж інколи настільки важко відірватись, що просто забуваєш про все, що мав зробити. Це дуже відволікає від роботи, навчання. Особливо ця проблема є поширеною серед молодшого покоління.

● ВТРАТА НАВИЧОК РЕАЛЬНОГО СПІЛКУВАННЯ. Ведення листувань і вирішення проблем у соцмережах не замінить живого спілкування з людьми.

● КІБЕРБУЛІНГ. Діти можуть стати об’єктами переслідування, залякування, поширення негативного, шкідливого чи неправдивого контенту про дитину на цифрових платформах.

● НЕВІДПОВІДНИЙ КОНТЕНТ. Діти можуть наражатися на невідповідний їхньому віку або відвертий контент у соціальних мережах, який може завдати серйозної шкоди їхньому емоційному та психологічному стану. Деякі діти навмисне вказують старший вік, щоб отримати доступ до певних сайтів і платформ в інтернеті.

Отже, соціальні мережі - це віртуальні простори, де ми транслюємо своє життя, розказуємо про улюблені забави, описуємо свої мрії. Вони зближують нас зі старими друзями та новими знайомими, стають своєрідним мостом між різними куточками світу. Але вони також можуть стати пасткою для нашої

душі, захопити нас у безкінечній павутині лайку та шарінгу.

Спостерігай! Слухай! Спілкуйся! Але пам'ятай, що справжнє життя все-таки відбувається за вікном.

V. ЗАКЛАД ОСВІТИ В ІСТОРИЧНІЙ РЕТРОСПЕКТИВІ

ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ БІЗНЕСУ ТА ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ: 60 РОКІВ ДІЯЛЬНОСТІ НА ОСВІТЯНСЬКІЙ НИВІ

Тарас САВКА,
заступник директора з навчальної роботи,
викладач-методист
Чернівецький фаховий коледж бізнесу та харчових технологій
м. Чернівці, Україна

Роки – як сторінки життя: прочитали сторінку, пережили все, що в ній було, перегорнули, а на наступній сторінці щось нове, незвідане. Кожен з нас пише власну «книгу» – «книгу» свого життя. А всі разом ми пишемо спільну «книгу» – історію своєї країни, свого народу, свого закладу освіти.

Тому метою нашого дослідження є вивченні історії заснування та 60 річної діяльності ЧФКБХТ.

Сьогодні Чернівецький фаховий коледж бізнесу та харчових технологій є закладом фахової передвищої освіти, що підпорядковується Міністерству освіти і науки України та фінансується з обласного бюджету Чернівецької області. Для повноцінної організації освітнього процесу він має два навчальні корпуси, гуртожиток, спортзали, спортмайданчики, стадіон, актовий зал, медпункт. Освітня діяльність здійснюється відповідно до наявних ліцензій, дозволів та сертифікатів. Освітньо-професійні програми, за якими навчаються здобувачі фахової передвищої освіти акредитовані, а освітній процес забезпечують висококваліфіковані педагогічні працівники. Навчальні кабінети та коридори коледжу заповнені допитливим студентством.

У липні 2024 року коледж буде відзначати 60 річний ювілей.

А починалася життєва історія ЧФКБХТ зі створення школи торгівельно-

кулінарного учнівства, відкритої у Чернівцях 4 лютого 1941 року.

Постанова Ради Міністрів УРСР від 23 лютого 1962 року № 204 затвердила створення на базі школи торгівельно-кулінарного учнівства Чернівецького технікуму радянської торгівлі, який розпочав свою роботу 6 липня 1964 року. До 1968 року технікум розташовувався по вул. Вірменській (до 1992 р. - Карла Маркса) 16.

З січня 1968 року технікум почав працювати у новому триповерховому, спеціально побудованому для навчальних цілей, власному приміщенні по вул. Руській 194 «З», у якому перебуває і тепер. Функціонувала власна котельня, яка подавала тепло у навчальні корпуси. У 60-80 рр. ХХ ст. у діяли два відділення – товарознавче і технологічне, а педагогічні працівники належали до 5 циклових комісій.

У червні 1989 року було здано в експлуатацію новий сучасний дев'ятиповерховий гуртожиток із усім необхідним обладнанням, що дало можливість забезпечити житлом всіх бажаючих студентів технікуму.

Після проголошення Незалежності України у 1991 р. життя технікуму зазнало змін. Наказом міністерства торгівлі України №61 від 30.09.1991 р. технікум був перейменований у Чернівецький державний комерційний технікум.

З прийняттям Закону України «Про фахову передвищу освіту» почалася процедура перейменування коледжів і технікумів. Наказом Міністерства освіти і науки України від 20 лютого 2020 року № 25 Чернівецький державний комерційний технікум було перейменовано у Чернівецький фаховий коледж бізнесу та харчових технологій.

ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ПІД ЧАС СВІТОВИХ ВІЙН

Анастасія ГАЛКІНА,
здобувач освіти
nastiagal2006@gmail.com
Віталій ЗАХАРІЯ, викладач
zacharsv@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці

Медична освіта вважається однією з найважливіших сфер освіти для людства і має вирішальне значення на різних етапах життя. Війна суттєво вплинула на розвиток Чернівецького медичного фахового коледжу, змушуючи його переглянути підходи до навчання та підготовки медичних фахівців. Труднощі і виклики, з якими стикнувся заклад під час війни, стали важливими уроками для подальшого розвитку.

У кінці травня 1914 року у школі пройшли заключні іспити. У зв’язку з початком Першої світової війни, з 1914 по 1919 р. навчання в акушерській школі перервалося. Проте у 1914 р на базі навчального закладу було відкрито курси медичних сестер.

Після закінчення Першої світової війни завершився столітній "австрійський" період історії Чернівецької акушерської школи. Протягом цього часу школа підготувала значну кількість освічених акушерок та відкрила шлях для розвитку середньої медичної освіти на Буковині.

Включення Буковини до складу Румунії розпочало новий етап в історії акушерської школи. В першу чергу змінилися умови вступу: обов’язкова початкова освіта, селянське походження і знання румунської мови.

Друга світова війна відбувалася між країнами-агресорами та країнами антигітлерівської коаліції. З 1939 року у акушерській школі були

організовані курси протиповітряної оборони, на яких навчалося 28 студенток. Ці курси проводилися щотижня і включали практичну та теоретичну частини. Учениці отримували навички та знання щодо поведінки під час воєнних дій, з особливим акцентом на бойову підготовку в разі газової атаки.

У грудні 1940 р. на базі Чернівецької акушерської школи було створено фельдшерсько-акушерську школу. Проте навчання в школі не розпочалося через початок Великої Вітчизняної війни.

У липні 1941 року Чернівці були захоплені німецько-румунськими військами. Фельдшерсько-акушерська школа, як і інші навчальні заклади, зупинила свою роботу.

Заклад почав свою роботу після звільнення Чернівців у 1944 році. Після відновлення лікувальних установ не вистачало середніх медичних працівників. Тому Чернівецький обласний виконавчий комітет прийняв рішення від 10 серпня 1944 року про відновлення роботи фельдшерсько-акушерської школи у Чернівцях.

Директором школи була призначена Б.Б. Кімельблат, якій довелося докласти багато зусиль для організації якісного навчального процесу. У тому ж році до школи було зараховано 120 студентів віком від 15 до 35 років, які складали вступні іспити з різних предметів.

Так, війна особливо гостро показала важливість підготовки медиків, які в найскладніших польових і стресових ситуаціях майстерно та з холодним розумом виконують свої професійні обов’язки.

ІСТОРІЯ УСПІХУ ВАШКОВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ

Ірина НОВОТНА,
здобувач освіти
irinanovotna1122@gmail.com
Аркадій ГРИВУЛ,
викладач
arkadiyhryvul@gmail.com
Вашковецький медичний фаховий коледж
м. Вашківці, Україна

Після Другої світової війни на Буковині було започатковано діяльність декількох медичних навчальних закладів, що відігравали важливу роль у підготовці медичних кадрів у важкий повоєнний період. Так, у 21 жовтня 1946 р. була створена школа медсестер в м. Сторожинець.

У 1954 році школа медсестер була реорганізована в Сторожинецьке медичне училище, що готувало не тільки медсестер, а й фельдшерів.

Рішенням Сторожинецького Виконкому від 7 лютого 1963 р. Сторожинецьке медичне училище переводиться у місто Вашківці. Директором училища був призначений лікар-хірург Дашкевич Сергій Дорофейович.

У радянський період училище залишалося одним із важливих навчальних закладів у галузі медицини західної України. Воно здійснювало підготовку медичних кадрів для регіону, забезпечуючи необхідну кваліфікацію для роботи в лікарнях, поліклініках та інших медичних установах.

90-ті роки XX ст. започаткували новий етап в історії розвитку Вашковецького медичного училища, яке успішно подолало усі труднощі перехідного періоду. Вже в 1993 р. коледж отримав ліцензію Міністерства освіти України як вищий навчальний заклад першого рівня акредитації з підготовки молодших спеціалістів з обсягом щорічного прийому 180

студентів. У 1999 р. училище входить у структуру Буковинської державної медичної академії, від якої одержувало навчально-організаційну, методичну та наукову допомогу і одночасно підпорядковувалося управлінню охорони здоров'я облдержадміністрації.

2 березня 2005 р. Буковинську державну медичну академію змінено в Буковинський державний медичний університет. Внаслідок цього, Вашковецький медичний коледж БДМА реорганізовано в Вашковецький медичний коледж БДМУ. Тисячі висококваліфікованих молодших медичних спеціалістів є випускниками коледжу, серед яких чимало видатних особистостей які працюють в Україні і за кордоном.

У стінах коледжу продовжуються заходи з патріотичного виховання молоді. Систематично проводяться різні акцій милосереддя, благодійні заходи, надається матеріальна допомога дитячим будинкам тощо.

Активно працює студентський парламент, у структурі якого чільне місце посідає виконавчий орган – студентська рада, у сферу компетенції якої входять навчальна, позанавчальна, правова та соціальна діяльності.

Після початку повномасштабного вторгнення російської федерації змінилось життя кожного. Близько сотні випускників в тяжкий для країни час стали на захист нашої Батьківщини. Студенти та викладачі збирають волонтерську допомогу, яка необхідна нашим воїнам, та відправляють її на фронт.

Успіх коледжу полягає у праці, взаєморозумінні, допомозі та бажанні займатись улюбленою справою. Вашковецький медичний коледж продовжує розвиватися, зберігаючи історичні традиції, приймаючи виклики часу, виконуючи свою місію – підготовку висококваліфікованих медичних фахівців які здатні творчо мислити, перебувати в наукових пошуках, робити свій внесок у розбудову держави, збереження життя і здоров’я української нації.

THE NOVOSELYSIA MEDICAL APPLIED COLLEGE: HISTORY, FORMATION AND DEVELOPMENT

ANASTASIA IVASYUK
nivasiuk3001@gmail.com
LUPU ALLA VOLODYMYRIVNA
alla.lupu@gmail.com
Novoselytsia Medical Applied College
Novoselytsia, Ukraine

Those who do not know their past are not worthy of their future.

M. Rylsky

In Ukraine there are numerous educational establishments having an outstanding scientific potential and rich traditions in teaching and educating young generation. They have their own history and devotedly work training junior medical specialists. One of such educational establishments is the Novoselytsia Medical Applied College.

Its history started in the far post-war year of 1955. The urgent need of the qualified medical specialists was the demand of that time. So, in July 1955, according to the resolution of the Chernivisi Regional Executive Committee Nº 411/16, the Chernivtsi Medical school #2 was moved to the picturesque place of Bukovyna - the town of Novoselytsia.

At that time in the three obstetrical groups studied 59 students, only 6 professors taught students in 4 classrooms and 2 studies. Already in 1 year in 1956 a "Medical Assistants" department was established and in two years here appeared a department of Nursing. Since 1968 till 1995 the medical school had been trained special groups of medical assistants.

The year 1970 became rather significant for the educational establishment, than the Medical School' new building constructing was completed. Initially it was planned to be a hostel but afterwards it was reequipped and became an educational building. At that time there appeared 4 laboratories, 5 study rooms, a library, the offices of the head and the deputy head, the staff room and the canteen.

A gymnasium was built in 1985. A hostel for 70 students was opened in 1994. In 1998 the educational building #2 was opened, which consisted of three study rooms, a college museum and an auditorium.

In 1997 the Novoselysia Medical School became a part of the Bukovinian State Medical Academy. This cooperation turned out to be profitable for both medical establishments.

In March 2005 the Novoselytsia Medical School received the status of the Novoselysia Medical College of the Bukovinian State Medical University.

The educational establishment is greatly obliged to those honoured people who started its uneasy history. The first head of the Novoselytsia Medical School was Kostenko Nina Fedorivna.

The second head of the Novoselytsia Medical School was Toporchan Feodosia Fedorivna who was born in the family with respectful, friendly and caring atmosphere.

The next head for more than 20 years the Novoselytsia Medical College was Illia Yeftemiy. Illia Serhiyoych thoroughly cared about the well-being of the educational establishment. Under the skillful guidance the college gained numerous achievements. In recent years the number of students in the college almost doubled. During the years of his fruitful work he turned out to be an experienced, initiative, thoughtful, industrious, and well – informed, personality thanks to which he managed to make up a creative team of like-minded people.

From 2016 to 2023, the college team was led by a young, capable administrator and organizer, an experienced surgeon, initiator of innovations and many democratic initiatives, Ruslan Ilyich Romaniuk. A manager with a high level of professionalism and a sense of duty, able to predict the development of events and make decisions in non-standard situations. As a result of his high competence and creative approach to the matter, Ruslan Ilyich ensured skillful, highly qualified management of the educational process during the reform of the health care system of Ukraine, distance learning during the COVID-19 pandemic and under martial

law.

Since June 2023, the college is headed by a sincere, open, kind person, a bright, motivated personality, demanding and fair manager Plachynta Iryna Mykhailivna - a real leader with a flexible large-scale thinking, a long-term employee of the college, a teacher with extensive experience working with student youth, a top-class teacher, teacher - methodologist, inspirer and advisor for students and college employees.

Today the college consists of two buildings where there are 25 studies, 6 laboratories, 2 computer labs, a library with a reading hall with 30 seats, a gymnasium, a hostel for 70 students, and a canteen with 70 seats with a cafe for students, an auditorium containing 250 seats, a methodical study, a college museum. The educational establishment constantly improves the computer network, the student and teaching staff have a wide access to the Internet, which is widely used for distance education.

In the course of time the college turned up into the modern and progressive educational establishment which in 2012 was awarded with a certificate of merit by the Ministry of the Education and Science Youth and Sport of Ukraine in the nationwide project "Leaders of the Education and Science of Ukraine". This fact proves that this educational establishment makes a valuable contribution in training of the specialists in the medical field.

There is no doubt that our college is especially proud of its graduates who make the educational establishment famous on the territory of the Ukraine as well as abroad. The college is also proud that some of its former students returned to their Alma Mater and work here successfully and enhancing the prestige of the educational establishment. Among them there are famous doctors and scientists: Doctor of Medical Science, professor of the Chernivtsi National University M.I. Tryniak; Doctor of Medical Science, professor, Head of a Chair of Hospital Treatment at the Ukrainian Medical Dental Academy in Poltava I.V.Katerenchuk; Doctor of Medical Science, professor, Head of a Chair of Surgery at Chita Military

Academy V.I. Hasanov; Candidate of Medical Science, Assistant Professor of a Chair of Dermatology and Venerology of the Bukovinian State Medical University M.P.Perepychka; Candidate of the Medical Science, Head Doctor of the Kyiv Clinical Hospital №3 B.I.Palamar; Head Doctors of the hospitals I.A.Dobrovolsky, A.M. Martynova, A.K. Vdovychen and many others.

Nowadays, Novoselytsia Medical Professional College, according to the license, has the right to provide educational services:

Educational and professional degree - professional junior Bachelor's degree

Specialty 223 Nursing

Educational and professional program (Medical care, Nursing)

The most important directions in the work of the Novoselytsia Medical Applied College are: improving material, methodical and technical facilities of educational process aiming to raise the professional qualification of the future specialists in the sphere of management, administration and medical work in different branches of the healthcare system of Ukraine, personal orientation of the education, implementation of the new education techniques, information technologies, constant improving of the quality of education, renovating of its content and the methods of educational process; comprehensive development of personality, patriotic, legal, spiritual, ethic and esthetic education of youth, forming the national and human values, promotion of a healthy lifestyle.

In the course of its long history the Novoselytsia Medical Applied College turned out more than 7000 highly qualified junior medical specialists who work in different parts of Bukovyna and beyond the bounds of it.

On the 26th of June 2015 the one hundredth graduation of specialists took place in the Novoselytsia Medical College of the Bukovinian State Medical University. Together with training of highly qualified competitive medical specialists the college pays great attention to their education using the wide choice of forms and methods. For this reason the youth of the college participates in thematic matinees and other educational events, where students show their talents,

abilities and form their artistic and esthetic skills. Students are constantly encouraged to keep to a healthy lifestyle. Following their preferences and tastes students may attend the sport sections in volleyball, basketball, ping pong, track-and-field, chess which are available at the college as well as at the Novoselytsia sport association "Kolos".

The sports teams of the college for several years in a row win the Novoselysia district athletic games among the local sport clubs, participate in the national and international tournaments.

Nowadays youth should be integrated into the bodies of self-government in their groups, at the college in their communities. At Novoselytsia Medical Applied College there is a students' council, a hostel council and monitors gathering. The main tasks which the bodies of the students' self-government fulfill are: to protect the students' rights and to promote the harmonious development of their personalities. The information source of the students' life at the college is a printed monthly newspaper "The Students' Bulletin" which has thematic pages, information sections where students may find out about all the directions of the activity of the students' council.

To help lonely and disabled people, war veterans and other people in need the voluntary detachment "Charity" was created. It has been working for many years actively cooperating with the local authority and representatives of the social sphere of Novoselytsia district.

The volunteers of this detachment visit lonely elderly people at home, provide simple medical treatment (measure the blood pressure, apply compresses, mustard plasters, make injections, feed and take care of people who are seriously ill), go shopping, communicate, help to clean dwellings and yards, work in the gardens and vegetable gardens, to certain extent share their provisions with those who need it.

Students of the college often visit the children orphans who are brought up at the orphanage of the village Molnytsia in Hertsa district add the patients of the

psycho-neurological prophylactic centre in the village of Mahala, supply them with clothes, toys and provision.

While the students of the college have their practice they take care of lonely and elderly people at home. Every year the teaching staff and students of the college gather provision and supply it to those who need. Now the students take care of 50 lonely and elderly people - the inhabitants of the town Novoselytsia.

Since the beginning of the full-scale military invasion of russia on the territory of independent Ukraine, Bukovyna has become one of the key Ukrainian regions that provided shelter to internally displaced persons who left their homes. Most people fled in a hurry, without belongings and money, many of them had chronic diseases. From the first day of the russian aggression, the entire college family of the Novoselytsia Medical Applied College started active work to help refugees. So, the first thing they did was helping solve the internally displaced people needs for housing, provided them with food, medicine, necessary things, and personal hygiene products.

In today's challenging times, student hood is associated not only with education and a carefree life, but also with fulfilling the highest civic duty - protecting the country's independence and sovereignty. Graduates of Novoselytsia Medical Applied College are also among those who are now holding the line and continue to defend our homeland. We honor our heroes who are now on the front line: Sophia Boyko, Larysa Zburliuk, Ihor Kirita, Vasyl Manyatsa, Yurii Kifa, Volodymyr Matsiuk, Mykhailo Remar, Roman Romaniuk, and Serhii Bodniuriuk.

The country remembers the high price that the Ukrainian people pay for freedom. We remember and honor the heroes, our graduates, Donik Maksym, Babych Roman and Pulberg Bohdan, who voluntarily went to the front without sparing themselves. They sacrificed the most valuable thing - their lives - on the altar of service to their homeland. For personal courage in the defense of the state sovereignty and territorial integrity of Ukraine, the fallen defender of Ukraine Bohdan Pulberg was posthumously awarded the Order "For Courage" of the III

degree. We cherish the memory of the soldiers who sacrificed their lives for each of us.

Despite what we have experienced over the years, we do not lose faith and confidently declare: "We will win!".

We have become active community donors. During the year of the war, blood donation points were set up on the basis of the college 4 times. Students and employees of the college donated more than 80 liters of blood.

Students and teachers of the college, without leaving their studies, worked at the humanitarian aid collection points in the city of Novoselytsia, wove camouflage nets and kikimoras, sent humanitarian goods for the Armed Forces, made trench candles, and constantly collected money for all the requests of our army.

The issue of security of the educational process becomes especially relevant when a country is in a zone of military aggression and occupation. Unfortunately, today Ukraine is in such a crisis situation. Novoselytsia Medical Applied College has created all possible conditions to ensure the protection of students' lives and health and to create a comfortable educational environment.

In order to develop and strengthen partnership relations at the national and international levels, our college expands the academic mobility of applicants and teachers, implements strategic partnership projects with educational institutions of Ukraine and the world.

Every educational establishment, like a person, has its biography, its face, its past and its future. The Novoselytsia Medical Applied College has its own history - rich and full of events - active, lively, tense and colourful and the future with impetuous development and bright events.

МІСЦЯ РОЗТАШУВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ КОРПУСІВ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ (ІЗ СТОРІНОК ІСТОРІЇ ЧМФК)

Анастасія КУРИК,
здобувач освіти
anastasiyakuryk0901@gmail.com
Оксана ГУЧКО,
к.іст.н.
oigg@i.ua
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Фахова підготовка середнього медичного персоналу у різних регіонах Західної Європи веде свій початок ще з середини XVIII ст. Акушерська школи на Буковині почала діяти з 1811 р. - у Чернівцях.

Включення Буковини до складу Австрії покращило систему охорони здоров'я населення краю. Як уже відомо 15 березня 1811 р. окружна управа Буковини одержала розпорядження Галицького намісництва з повідомленням про створення та обладнання акушерської державної школи в Чернівцях, що іменувалась «Czernowitzer Geburtshilfliches Lehrinstitut» (Дослівно: «Чернівецький навчальний інститут допомоги при пологах»). Саме у зв'язку з відсутністю належного приміщення робота навчального закладу розпочалася лише з осені 1811 р. З початку відкриття акушерська школа разом із пологовим відділенням місцевої лікарні й гуртожитком для персоналу тимчасово була розміщена у приміщенні колишніх військових казарм, розташованих у районі площі Рудольфа (нині – пл. Філармонії) у Чернівцях.

За постановою Буковинського сейму на основі пологового відділення міської лікарні у 1866 р. у Чернівцях відкрито єдиний у краї крайовий пологовий будинок на 15 ліжко-місць. Після об'єднання зі школою акушерок він одержав назву «Крайовий інститут». Пологовий будинок та акушерська школа у цей час діяли у приміщенні по вул. Святого Миколая, 6 (нині –

вул. М. Садовського)

У 1912 р. під пологовий будинок і гінекологічну клініку було передано приміщення занепалої крайової сільськогосподарської школи по вул. Семигородській (нині – гінекологічний корпус пологового будинку № 1 по вул. Головній, 129) Після першої світової війни у 1919 р., навчальний заклад продовжував діяти при пологовому будинку м. Чернівці, який у 1929 р. отримав назву «Інститут гінекології і акушерства д-ра Октавіана Георгіана».

У червні 1940 р. Буковина увійшла до Української РСР, а у грудні 1940 р. на базі Чернівецької акушерської школи було створено фельдшерсько-акушерську школу, за якою закріплено приміщення по вул. Влагуца, 8 (колишня будівля німецького консульства).

У 1954 р., медичні школи в Чернівецькій області були реорганізовані у медичні училища. У 1956 р. Чернівецьке медичне училище № 1 отримало другий і третій поверхи нового приміщення по вул. Червоноармійській, 60 (нині Героїв Майдану,60).

1999 рік – для студентів спеціалізації «Сестринська справа» відкрили новий корпус за адресою вул. Бульвар Героїв Сталінграду, 11(нині бульвар Героїв Крут, 11), де розташований Буковинський центр комплексної реабілітації для дітей з інвалідністю «Особлива дитина».

2012 рік, серпень – відповідно до рішень сесії Чернівецької обласної ради закладу освіти було виділено приміщення під навчальні аудиторії за адресою вул. Текстильників, 1А

На даний час здобувачі освіти ЧМФК навчаються у трьох корпусах за адресами: вул. Героїв Майдану, 58, 60 (корпус № 1, 2) та пров. Текстильників, 1 (корпус № 3)

Пам’ятаємо про минуле, творимо сучасність, мріємо про майбутнє...

ЖИТТЯ КОЛЕДЖУ КРІЗЬ ПРИЗМУ МИНУЛОГО Й СЬОГОДЕННЯ

Лада ГУСАК,
здобувач освіти
ladagusak2008@gmail.com
Богдана ГУСАК,
учитель
Маловисторопського
ЗЗСО І-ІІІ ступенів
Лебединської міської ради
Сумської області
bogdanagusak@ukr.net
Сумський фаховий коледж
економіки і торгівлі
м.Суми, Україна

Студентські роки – це один із найвідповідальніших періодів у житті людини, коли поглиблюється пізнання світу, відбувається становлення особистості, визріває перше кохання та обирається подальший життєвий шлях. Зі студентської лави починається тривалий і наполегливий шлях пошуків, стверджень і досягнень у дорослому житті, формується українська національна еліта.

Вступаючи до Сумського фахового коледжу економіки і торгівлі, я не могла й уявити, яку визначну роль відіграє саме цей заклад освіти у моєму житті. Мені було відомо, що підготовка фахівців у ньому охоплює торгівельну, виробничу, банківську сфери та сферу обслуговування населення. У своєму мотиваційному листі щиро написала, що вибір освітнього закладу є цілком виваженим, адже у нього добра репутація, а випускники є затребуваними на сучасному ринку праці. Оскільки будь-яка справа потребує наполегливості, креативності, бажання розвиватися, рухатися в ногу із часом, мала намір бути старанною, сумлінною та відповідальною студенткою, брати активну участь у житті коледжу. Перший семестр позаду, а мої сподівання повністю виправдалися завдяки

висококваліфікованим педагогам, які дають якісні знання.

Той факт, що навчання здійснюється в умовах воєнного стану, сприяє ще більшому згуртуванню викладацького та студентського колективів. Окрім занять, регулярно проводяться виховні години, психологічні тренінги, культурно-мистецькі заходи, майстер-класи тощо. Використання сучасних інформаційних технологій навчання сприяє постійному оновленню наукових знань, професійній мобільності та швидкій адаптації до змін, розвитку соціально-культурної сфери, організації праці в умовах ринкової економіки.

Завжди на пульсі часу є корпоративна газета «Вісті».

Наступного року родина коледжу святкуватиме шістдесятиліття , однак його історія значно ширша, ніж можуть вмістити шість десятиліть. Її витоки сягають виникнення кооперативного руху на Сумщині в 1867 році , зі створення Лебединського споживчого товариства та Лебединської комерційної школи, що передувала Сумському кооперативному технікуму, а з 1965 року – це Сумський фаховий коледж економіки і торгівлі.

Засади виконавської дисципліни, пунктуальності, чесності, порядності, сформовані саме тоді, передалися у спадок нинішнім працівникам сучасного освітнього закладу. Завдяки їхнім зусиллям у коледжі було створено Музей історії споживчої кооперації. Його експонати – цінні скарби, зібрані копіткою працею колективу викладачів та студентів, – широко використовуються для поглиблення знань студентів про свій навчальний заклад. Тут проводить засідання історичний гурток, сюди приходять на екскурсію, перш за все, першокурсники всіх груп. Протягом навчального року обов’язково проводяться виховні години, зустрічі з ветеранами коледжу, знаменитими випускниками. Об’ємний матеріал, який тут зберігається, студенти використовують під час написання курсових робіт, при підготовці до конференцій. Такі заходи мають велике виховне значення, прищеплюють любов до коледжу, прагнення берегти й примножувати його

традиції, наслідувати кращих випускників, про яких розповідають експонати музею.

Зважаючи на виклики часу, експозиція постійно поповнюється фотоматеріалами та документальними свідченнями про випускників і студентів коледжу, які зі зброєю в руках захищають територіальну цілісність та незалежність нашої держави. Зокрема, Денис Родичев, Ілля Леунов замість стрімкого сходження по кар'єрній драбині прийняли військову присягу в лавах ЗСУ, бо не могли інакше. Денис Родичев так висловився з цього приводу: «Не я пішов на війну, а війна прийшла до мене. Ми ніколи не думали, що доведеться взяти до рук зброю, сісти у танк, стати до гармати, але розуміли, що Дух предків-козаків сильніший за будь-яку нечисть, яка прийшла до нас зі зброєю в руках, і ми переможемо!» Колектив коледжу пишається своїми випускниками- захисниками України. Дякуємо вам, хлопці і дівчата, усім, хто сьогодні у складі Збройних сил України захищає нашу землю і наше право на життя!

Хай Бог збереже кожного захисника і кожну захисницю! Війна так чи інакше увійшла в кожну родину українців, у тому числі членів студентського й викладацького колективів Сумського фахового коледжу економіки й торгівлі. Хтось пережив окупацію, бомбардування, хтось був змушений покинути рідну домівку, хтось чекає рідних з війни, а хтось займається волонтерською діяльністю.

Не лишаються осторонь і наші студенти та викладачі. Вони неодноразово брали участь у зборі коштів для потреб ЗСУ. Зокрема під час тижня благодійних справ долучилися до акції «Твориться дива». Зібрали «скриньку тепла» для воїнів: закупили необхідні речі, продукти, засоби гігієни. Переказали кошти на придбання лазерних прицілів, які необхідні у нічний час.

У відповідь отримали слова подяки від воїнів-захисників.

Я пишаюся тим, що навчаюся в одному із кращих коледжів Сумщини, бо його рушійною силою є висококваліфіковані педагоги, а також студенти – сучасні, розумні, талановиті й енергійні молоді люди. Кожен має можливість самоствердитись як неординарна особистість, розвивати свої таланти, пам'ятаючи, що справжнє студентське життя яскраве, різнопланове й неповторне. І тільки від самого студента залежить, наскільки спогади про нього будуть насичені приємними моментами.

Підсумовуючи сказане, хочеться ще раз підкреслити, що викладачам, студентам, співробітникам нашого навчального закладу завжди були притаманні почуття нового, творчий пошук в усіх напрямках діяльності, реагування на сучасні виклики. Досягнення коледжу дають усі підстави бути впевненими в тому, що колектив у подальшому збереже і примножить кращі традиції підготовки фахівців для кооперативної галузі, які потрібні і у військовий, і у мирний час.

Усім учасникам конференції бажаємо успішного мирного майбуття! Слава Україні!

ДЕЯКІ ПИТАННЯ ФУНКЦІОНУВАННЯ БІБЛІОТЕКИ – ПАПЕРОВОЇ ПАМ`ЯТІ ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ

Олександр МОТОК,
здобувач освіти
oleksandrmotok15@gmail.com
Ірина МІГАЛЬЧАН,
к.іст.н.
bozhkomigalchan77@gmail.com
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Бібліотека Чернівецького медичного фахового коледжу - це особливий організм, нерозривно пов'язаний з читачем, існуючий заради нього, і в той же

час живе своїм життям, має свої закони і свою історію.

Бібліотека – це той храм, де завжди народжується і зберігається духовність. Бібліотеку називають часто «дім життя», «притулок мудрості», «аптека для душі». Кожен з нас може знайти у бібліотеці спокій духу, розраду в смутку, моральне оновлення і щастя, якщо тільки вміє володіти тим дорогоцінним ключем, який відмикає таємничі двері цієї скарбниці.

Медицина, освіта, книга. Протягом кількох століть ці поняття міцно переплелися у тіні будинків однієї з вулиць Чернівців. Історія бібліотеки Чернівецького медичного фахового коледжу нерозривно пов'язана з історією охорони здоров'я Північної Буковини, розвитком економіки і культури нашого краю. Тож історично заклався фундамент для появи бібліотеки при Обласній науково-медичній бібліотеці, в будинку №60 по вулиці Червоноармійській. У різні періоди вона також була різною - то складною і переривистою, то стрункою і зрозумілою. Бібліотека переживала злети і падіння, часи кризи та процвітання. Але все ж основне завдання бібліотеки залишалося незмінним: нести світло знань в ім'я здоров'я людей.

Перші зародки формування бібліотечного фонду сягають періоду заснування акушерської школи в далекому 1811 році.

У Розпорядженні Галицького намісництва Окружної управи Буковини стосовно створення та обладнання акушерської школи визначено підручник для навчання акушерству Геленса фон Целленберга 1806 року видання. Кількість екземплярів, перекладеного підручника визначала окружна управа в залежності від кількості учениць, які вивчали навчальний курс. Кожна особа, яка вміла читати мала змогу безкоштовно користуватися ним.

У 1910-1930 рр. характеризувалися утвердженням інституту земської медицини Гостра потреба в постійному і кваліфікованому забезпеченні науковою інформацією привели до поповнення медичними вісниками фондів бібліотеки.

З початком радянсько-німецької війни територія Чернівецької області

стала ареною бойових дій. Фашистська окупація завдала бібліотеці величезних збитків. Найбільше постраждав читальний зал. Частина фонду була пошкоджена, згоріли каталоги, тому бібліографічний перелік можна почати лише з повоєнного періоду. Система опалення вийшла з ладу. Знищувалось та розкрадалось бібліотечне обладнання. В 1945 році з першої книги, з першої картки почалося відродження бібліотеки. З середини XX ст. вона займала дві кімнати, куди були передані книги, знайдені в напівзруйнованих будинках міста та подаровані медичними працівниками зі своїх власних зібрань. Значну допомогу у формуванні наукового фонду надали медичні бібліотеки України.

Повоєнний період для бібліотеки – безперервна боротьба за виживання, інтенсивний пошук нової літератури, відчайдушні спроби відновити та покращити умови роботи.

Плинули роки, а бібліотека незмінно виконувала свій головний обов'язок – сіяти в душах студентів паростки розумного, доброго, вічного. Адже, як говорять спеціалісти-медики, там, де є високоякісна медична інформація захворюваність менша, а виліковуваність хвороб – вища.

Особливо цінними для книгозбірні були і залишаються енциклопедії, словники, довідники, монографії, краєзнавчі видання, інформаційні видання, журнали та газети медичної тематики, твори класиків медичної науки та практики.

На сучасному соціально-економічному зламі розумна і високопрофесійна постановка бібліотечної галузі в Чернівецькому медичному фаховому коледжі є важливим чинником духовного та інтелектуального потенціалу майбутнього медика.

ІСТОРИЧНИЙ КОНТЕКСТ ЧЕРНІВЕЦЬКОГО МЕДИЧНОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ

Олеся БОНДАРЕНКО,
здобувач освіти
lesya030508@gmail.com
Неля ШВЕЦЬ, викладач
shveznelli@ukr.net
Чернівецький медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Кожний заклад освіти, як і людина, має свою біографію та історію. З невеликої акушерської школи до сучасного закладу вищої освіти виріс коледж за 212 років. Повернемось трішки в історію.

Чернівецький медичний фаховий коледж є одним з визначних закладів освіти Чернівців, який забезпечує якісну підготовку медичних фахівців вже протягом двох століть. Його історія тісно пов'язана з розвитком медичної освіти в регіоні та відображає динаміку та зміни, що відбувалися в галузі.

Заснування акушерської школи в Чернівцях відбулося в XIX столітті, коли медична освіта в Україні тільки починала формуватися. Перші кроки у цьому напрямку були зроблені завдяки зусиллям видатних медичних діячів того часу. Вона стала центром вивчення акушерства та жіночих хвороб на Буковині та була однією з перших на теренах сучасної України, відігравала важливу роль у підготовці медичних фахівців у цій галузі.

Під час періоду під румунською владою, акушерська школа в Чернівцях зазнала як змін, так і викликів. Румунська адміністрація внесла свої корективи у систему освіти, в тому числі і в медичну. Проте, незважаючи на це, школа продовжувала свою діяльність і залишалася центром високого рівня підготовки фахівців у галузі акушерства та гінекології, привертала як місцевих, так і іноземних студентів своєю високою якістю освіти та науковими досягненнями.

У 50-х роках XX ст. Чернівецька фельдшерсько-акушерська школа

отримала статус базового медичного училища. Початково училище виконувало роль навчального закладу середньої медичної освіти, надаючи студентам необхідні знання та практичні навички для роботи в медичних установах. У 2003 році училище було перейменовано у Чернівецький медичний коледж.

Протягом наступних десятиліть Чернівецький медичний фаховий коледж зазнав значних змін і розвитку. З появою нових технологій та вдосконаленням методів навчання коледж активно модернізувався, створивши сучасну базу для навчання та досліджень, співпрацюючи з різними медичними установами та госпіталями, що дозволило студентам отримати цінний практичний досвід.

Коледж забезпечує високий рівень підготовки медичних фахівців, які готові реалізовувати принципи та виклики сучасної медицини.

За довгу історію свого існування Чернівецький медичний фаховий коледж залишається одним з ключових закладів у підготовці медичних фахівців, що мають великий потенціал у подальшому розвитку української медичної системи. Його історія та досягнення служать свідченням важливого внеску в медичну освіту регіону та країни в цілому.

ПАМ`ЯТАЄМО ПРО МИНУЛЕ, ТВОРИМО СУЧАСНІСТЬ, МРІЄМО ПРО МАЙБУТНЄ…

ІСТОРИЧНИЙ ПРОСТІР КРІЗЬ ВІКИ

Євгенія КУЛІШ,
здобувач освіти
e2189821@gmail.com
Юлія КОБИЛЯЦЬКА,
викладач
Julija-kobylazka@ukr.net
Старобільський медичний фаховий коледж
м. Чернівці, Україна

Історія Старобільського медичного фахового коледжу своїм корінням

сягає глибини десятиріч. Коледж засновано 10 жовтня 1932 року, що засвідчує документ з губернського архіву.

Перш ніж розповісти історію виникнення і становлення Старобільського медичного фахового коледжу, потрібно відтворити умови життя Старобільщини крізь віки….

Старобільськ - колишнє повітове містечко Харківської губернії, а пізніше це окружний центр Донецької області з вийнятково селянським населенням. Знаходився він в ті роки в 60 кілометрах від залізниці. В роки громадянської війни тут творили безчинства банди Батька Махно, мами Марусі тощо…

Старобільськ був досить віддаленим від культурних центрів, що ускладнювало життя людей. Зрозуміло, що умови роботи медичних кадрів були досить специфічними, залучити кваліфіковані кадри: лікарів, середній медичний персонал було дуже складно.

В 20-ті роки XX століття в Старобільську вже працювала лікарня.

Зі спогадів Діденко Василя Івановича *(одного із засновників коледжу):* «На засіданні райкому було ухвалено рішення виділити двоповерхову будівлю на вулиці Урицького під школу лікпомів (будівля в роки війни була зруйнована).

Завідування школою було доручено ротному фельдшеру Вербицькому Я.П. На засіданнях райкому спілки медпрацівників вирішувались питання про виділення паїв учням, призначення лікарів на викладацьку роботу до школи лікпомів. Першими лікарями-викладачами були: Діденко М.В., Петруня В.П., Петруня А.П., Чорненька Є.М., Челкак В.К. Мені було доручено викладати фармакологію. Першим завучем був викладач української мови Шмигін Іван Іванович. Райком медичних працівників надіслав до всіх районів колишнього округу об'яви про відкриття школи лікпомів. В першу чергу запрошувались ротні фельдшери з метою надання

практикуючим працівникам теоретичних знань.»

За словами одного із засновників медичного коледжу Діденко Василя Івановича «На момент відкриття працювати доводилось в таких умовах: в одному приміщенні - кімната для занять, дві кімнати під гуртожиток, кімната в якості кухні та їдальні, інші кімнати стояли порожніми. Меблів майже не було, лише 2 столи і 2 лави. Учні повинні були принести з собою по 2 стільці.

З наочних посібників був лише скелет людини, принесений з краєзнавчого музею. Викладачі загальноосвітніх дисциплін приносили наочні посібники з міських шкіл, які були непогано оснащеними. Лікарі власноруч готували препарати в «Анатомці» лікарні, там же проводились заняття з анатомії зі студентами. База для практичного навчання була в належному стані: окружна лікарня на 160 ліжок з відділеннями: хірургічне, терапевтичне, дитяче, пологове, гінекологічне, інфекційне, рентген - кабінет з лікарем-рентгенологом.»

Беручи кінець XX – початок XXI століття можна відзначити найпродуктивніших директорів сьогодення. Закордонець Зінаїда Степанівна – 13-й директор Старобільського медичного фахового коледжу. Зінаїда Степанівна обіймала посаду директора 40 років поспіль. Жодна людина в Україні й до сьогодні на цій ниві не працювала стільки , скільки вона.

Тарасенко Ігор Миколайович – 14-й директор Старобільського медичного фахового коледжу. З 2000 року і по сьогоднішній день Ігор Миколайович, обіймає посаду директора. За період своєї роботи здійснив відповідне забезпечення освітнього процесу: аудиторним фондом для виконання практичних навичок, гуртожитком, спортивною базою, а найголовніше якісним викладацьким складом та профорієнтаційною роботою. У своїй роботі директор коледжу дотримується партнерського стилю керівництва. Проблеми обговорюються і виробляються різні варіанти рішення, з них обирається найбільш оптимальний, затверджується і в подальшому здійснюється. У кожному працівнику бачить, насамперед,

особистість в усьому розмаїтті людських якостей. Використовує такі методи керівництва як порада, похвала, особистий приклад.

Педагогічний колектив, студенти та випускники коледжу створили авторитет власною працею на ниві охорони здоров’я, добрими справами, умінням кваліфіковано допомагати людям.

Попереду у нашому рідному коледжі нові випускники, удосконалення освітнього процесу, досягнення високих вершин на ниві знань.

ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ

Матеріали IV Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції

17 квітня 2024 року

Редактори: О. Стрижаковська, Ф. Кузик
Т. Бойчук, Л. Авдіковська, Л. Українець

Дизайн: А. Денежко
Верстка: О. Шарабуряк, Л. Антимійчук