

ТРАВМАІНФОРМОВАНА ПЕДАГОГІКА ЯК МЕХАНІЗМ ГАРМОНІЗАЦІЇ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ У КРИЗОВИХ УМОВАХ

Васюк Ю. А., Лесик А.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
6178113@ukr.net, lesiknast5002@gmail.com*

Зростання інтенсивності воєнних і соціально-економічних стресорів радикально підвищує ризики емоційного виснаження, тривожних і депресивних проявів у студентської молоді, що безпосередньо позначається на навчальній залученості, успішності та академічній стабільності. Травмаінформована педагогіка, яка поєднує принципи безпеки, передбачуваності, вибору, співпраці та підсилення суб'єктності здобувача, пропонує інституційно масштабовану рамку гармонізації психоемоційного стану через зміну дизайну курсів і організації освітнього процесу. На цьому тлі наукове обґрунтування ефективних інтервенцій і механізмів їх впливу на емоційну регуляцію студентів набуває пріоритетного значення для політики якості вищої освіти.

Мета дослідження – оцінити ефективність травмаінформованого методу для гармонізації психоемоційного стану студентів у кризових умовах.

Стаття має теоретичний характер і спирається на системно-теоретичний та порівняльно-правовий аналіз: опрацьовано нормативно-стратегічні джерела, академічні публікації та професійні гайди з травмаінформованої освіти, здійснено контент-аналіз релевантних матеріалів. Проведено логіко-структурне моделювання рамки травмаінформованого викладання (принципи, організаційні механізми, очікувані психоемоційні ефекти) з подальшим зіставленням із сучасними підходами до моніторингу й оцінювання (MERL) та університетськими практиками. Узагальнення виконано методом аналітичного синтезу з верифікацією внутрішньої узгодженості висновків і обмежень застосування.

Теоретичний аналіз засвідчив, що травмаінформована педагогіка репрезентує не сукупність ізольованих психотехнічних прийомів, а цілісну парадигму організації освітнього середовища, у якій гармонізація психоемоційного стану вибудовується через зниження тригерності, підвищення передбачуваності процесів і послідовне зміцнення суб'єктності здобувача. У цій логіці ключовими регуляторами емоційної стабільності виступають прозорі очікування та критерії оцінювання, чіткі часові рамки, стандартизовані канали комунікації й узгоджені правила взаємодії, що сукупно редукують

невизначеність, знижують ймовірність афективної ескалації та повертають студенту контроль над навчальною діяльністю.

Узгодження принципів безпеки, вибору, співпраці й підтримувальної комунікації з реаліями тривалих кризових обставин потребує інституційної координації на рівні освітніх програм і сервісів добробуту. Ефективними виявляються механізми міжкафедрального планування навантаження, гуманізовані політики повторних спроб за форс-мажорних умов, розширена доступність індивідуальних консультацій і «гарячих вікон» звернення, а також включення коротких протоколів саморегуляції до стандартних сценаріїв занять; сукупна дія цих елементів забезпечує перенесення курс-рівневих змін на академічну екосистему, підвищуючи стійкість психоемоційних ефектів у середньостроковій перспективі [3].

Методологічне осмислення контурів відповідальної оцінки впливу травмаінформованих рішень підтвердило доцільність MERL-підходів, чутливих до ризиків ретравматизації: етичні процедури інформованої згоди, мінімізація потенційної шкоди від вимірювань, використання «безпечних» індикаторів змін і контекстуалізований зворотний зв'язок формують надійну рамку моніторингу, що поєднує доказовість із пріоритетом добробуту учасників і дозволяє коректно відслідковувати динаміку емоційної регуляції та навчальної залученості [2].

Порівняльно-правовий та організаційний аналіз указує, що найбільший регулятивний ефект спричиняє не «додавання» окремих практик, а інституційне закріплення стандартів психологічної безпеки в силабусах, регламентах і календарних структурах, що нормалізує звернення по допомогу, знижує стигму щодо користування підтримувальними інструментами та переводить підтримку з площини індивідуальних «пільг» у режим звичних освітніх процесів. У підсумку формується середовище, де відновлення емоційної рівноваги розглядається як легітимна спільна мета викладачів і здобувачів, а не як приватна «адаптація» окремих студентів.

Синтетична модель механізмів дії травмаінформованої педагогіки дозволяє інтерпретувати гармонізацію психоемоційного стану як результат одночасного зменшення зовнішньої тригерності та розширення внутрішніх ресурсів автономії й компетентності; при цьому емпіричні спостереження українського академічного контексту у воєнний період узгоджено окреслюють спектр ризиків і потреб, котрі адресуються означеною парадигмою, зокрема необхідність стандартизації правил безпеки курсу, підвищення кваліфікації викладачів і посилення координації між структурними підрозділами [1].

Отже, ключ до стійкої гармонізації психоемоційного стану у вищій школі – не в еkleктичному запозиченні «антикризових» технік, а в інституційному перетворенні педагогіки на травмаінформовану норму професійної етики й якості навчання. Це передбачає закріплення стандартів психологічної безпеки у силабусах і регламентах, обов'язкову підготовку викладачів із фокусом на емоційно безпечну комунікацію та оцінювання, а також інтеграцію коротких практик саморегуляції у типові освітні сценарії без їх проблематизації як «пільг». Разом із тим слід уникати риторики «універсальних рецептів»: програми підтримки мають бути контекстно чутливими, з повагою до автономії студента й академічної свободи викладача, опертими на етичні стандарти моніторингу впливу та прозорі механізми відповідальності. Лише така поєднана оптика – нормативно закріплена, педагогічно осмислена й етично вивірена – здатна перетворити ситуативну антикризову реакцію на довготривалу культуру турботи, що підсилює і людську гідність, і академічну результативність.

Травмаінформована педагогіка постає дієвим механізмом гармонізації психоемоційного стану студентів у кризових умовах завдяки поєднанню системного зниження тригерності освітнього середовища та послідовного підсилення суб'єктності здобувача. Стійкий ефект забезпечує інституційне закріплення стандартів психологічної безпеки у силабусах і регламентах, уніфікація «правил безпеки курсу», інтеграція коротких протоколів саморегуляції та підготовка викладачів. Критичною умовою є етично вивірений моніторинг впливу, що унеможливорює ретравматизацію та підтримує доказову політику якості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Актуальні проблеми психології навчання в умовах війни. Електронна бібліотека НАПН України. 2025. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/746783/1/Актуальні%20проблеми%20психології%20%20навчання%20в%20умовах%20війни.%202025.pdf>
2. Застосування травмаінформованого підходу у заходах моніторингу. *Making Cents International*. 2023. URL: <https://makingcents.com/wp-content/uploads/2023/12/UKR-UNITY-Trauma-Informed-MERL-Learning-Brief.pdf>
3. Як вища освіта в Україні може підтримати студентів у часи війни: досвід травма-інформованого підходу. *Нова українська школа*. 06.03.2025. URL: <https://nus.org.ua/2025/03/06/yak-vyshha-osvita-v-ukrayini-mozhe-pidtrymaty-studentiv-u-chasy-vijny-dosvid-travma-informovanogo-pidhodu/>