

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
ЗАПОРІЗЬКОГО ДЕРЖАВНОГО МЕДИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**



**МАТЕРІАЛИ
II ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ ДИСТАНЦІЙНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ «ІННОВАЦІЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ: ПЕРСПЕКТИВИ,
ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ»**

23 січня 2023 року

**Інновації медичної освіти: перспективи, виклики та можливості:
матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції**

Запоріжжя, 2023

УДК 61:37:001.895(063)

I-66

Рекомендовано до поширення в мережі педагогічною радою Медичного фахового коледжу Запорізького державного медичного університету (протокол №3 від 26.01.23р.), конференція включена до переліку наукових конференцій здобувачів вищої освіти та молодих учених Міністерства освіти і науки України на 2023 рік порядковий номер № 260 згідно з листом ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» від 10.01.2023 року номер 21/08-9

Організаційний комітет:

Ольга Павлівна КІЛЄЄВА – голова оргкомітету, викладач-методист вищої кваліфікаційної категорії Медичного фахового коледжу Запорізького державного медичного університету

Тетяна Юріївна ЧЕТВЕРТАК – кандидат педагогічних наук, завідувача методичним кабінетом Медичного фахового коледжу Запорізького державного медичного університету

Тетяна Євгенівна ШКОПИНСЬКА – кандидат сільськогосподарських наук, завідувача відділенням, викладач-методист вищої кваліфікаційної категорії Медичного фахового коледжу Запорізького державного медичного університету

Вікторія Миколаївна КОВАЛЬОВА - кандидат фізико-математичних наук, викладач вищої кваліфікаційної категорії, провідний модератор Медичного фахового коледжу Запорізького державного медичного університету

Відповідальна за випуск, гол. ред.: к.пед.н. Четвертак Тетяна Юріївна

Матеріали друкуються в авторській редакції. Відповідальність за зміст та точність поданих фактів, цитат, цифр, прізвищ тощо несуть автори.

Інновації медичної освіти: перспективи, виклики та можливості: матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції (23 січня 2023 р.). / під ред. Т.Ю. Четвертак. Запоріжжя, 2023. 340 с.

У збірнику наукових праць представлено теоретико-практичні дослідження з медичної освіти та науки незалежної України: медицини, фармації та педагогіки.

**Інновації медичної освіти: перспективи, виклики та можливості:
матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції**

Формування професійної спроможності через участь студентського самоврядування в суспільному житті.....161

Ольга СТАШКІВ

Досвід викладання медичної хімії в умовах воєнного стану.....166

Олена РАЧЕК

Перспективи та можливості медичної освіти в Україні.....168

Олена УВАРОВА, Віталій НІГРЕЦКУЛ

Незламність українських студентів-медиків.....171

Діана ФИДРЯ, Євген ШЕВЧЕНКО, Анна ОСЛАМОВА, Ольга КОРХОВА

Активізація пізнавальної діяльності студентів при виконанні усних розрахунків.....173

Іоанна ХУДЯК, Оксана ШУКАТКА

Медична освіта в Україні під час війни.....183

Вікторія ЯЗЛОВСЬКА, Марина ПОПРАВКО

Проблеми психологічної адаптації різних груп студентів в умовах війни.....186

Секція 2 «Інноваційні підходи до здоров'язбереження української нації»

Daria KALININA, Vlada LAURETSKAS, Vasyl TRYPOLETS

Cossack medicine.....191

Ангеліна АВРАМЕНКО, Вероніка МАНЖУЛА, Ольга КОРХОВА

Бережи здоров'я змолоду.....193

Аліна БОСЕНКО, Вікторія ВОЛОКІТІНА

Домашні улюбленці та наше здоров'я.....199

Інна ВАЛЕНТИНОВА, Володимир ШКАПО

Особливості варіабільності серцевого ритму у хворих на ожиріння та коморбідність.....204

Кіра ВАСЬКОВЦОВА, Тетяна ТАРАНОВА

3. Про запровадження дистанційного режиму роботи: Наказ ВНМУ ім. М.І.Пирогова від 11.02.2022 р. № 157 [Електронний ресурс]. URL: https://www.vnmu.edu.ua/downloads/pdf/nakaz_157_11-03-2022.pdf (дата звернення 26.11.2022 р.).
4. Про надання інформації щодо особливостей застосування норм трудового законодавства під час дії режиму воєнного стану : Лист Міністерство освіти і науки від 15.03.2022 р. № 1/3463-22. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-nadannya-informaciyi> (дата звернення 27.11.2022 р.).
5. Про завершення навчального року: Лист Міністерство освіти і науки від 10.03.2022 р. № 1/3417-22. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodichnih-rekomendacij-shodo-okremih-pitan-zavershennya-20212022-navchalnogo-roku> (дата звернення 25.11.2022 р.).

УДК 615.851-057.87-054.73

**ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ РІЗНИХ ГРУП
СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Поправко Марина Іванівна
викладач клінічних дисциплін

Язловська Вікторія
студентка

**Медичний фаховий коледж Запорізького державного медичного
університету
м. Запоріжжя**

Повномасштабна війна Росії в Україні спричинила в українців багатовекторний спектр переживань. Крім впливу на емоційну сферу, були задіяні ще й такі: когнітивна, поведінкова, мотивуюча, ціннісно-сміслова, фізіологічна та фізична складові. Як зазначають вітчизняні дослідники [1-4], порушення вже звичних механізмів роботи психологічних та фізіологічних систем на пряму впливає на

**Інновації медичної освіти: перспективи, виклики та можливості:
матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції**

адаптацію до соціальних, територіальних, індивідуальних, фізичних змін. Війна виступає стресором високої інтенсивності, перебування в стані такого рівня постійного стресу призводить до дезадаптації людини. Тому метою нашого дослідження, визначено: дослідити психологічні проблеми, які виникають у зв'язку з труднощами адаптації до умов війни в студентів, що опинилися в різних умовах перебування та навчання під час військових дій. Акцентувати увагу, на виниклих проблемах та на пошуку засобів корекції психологічного стану студентів. Отже, у ході дослідження використано метод анонімного опитування, в якому прийняло участь 135 студентів Медичного фахового коледжу Запорізького державного медичного університету, які знаходяться в різних місцях та умовах перебування. Результати дослідження показали наступне: висвітлено 12 проблемних питань для визначення психологічного стану студентів. За результатами опитування виявлено 4 групи за місцем перебування на даний час: студенти, які знаходяться у місті Запоріжжі – 57%, на території країни – 19%, за кордоном – 20% та в окупованій території або на лінії розмежування – 4%. Серед всіх опитованих тільки 37% відчувають себе в абсолютній небезпеці інші студенти оцінюють своє становище у даний час як загрозове і дуже небезпечне, це складає 20%, та у 43% респондентів немає відчуття абсолютної небезпеки. На питання, чи часто Ви згадуєте про страшні події, пережиті в період військових дій, 58% відповіли, що згадують майже щодня або один, два рази на тиждень. При згадуванні про пережиті страшні події 74% відчуває стан хвилювання різного ступеню від стану, коли можливо переключитися і продовжувати виконувати свої справи до вкрай важкого, нестерпного відчуття з неможливістю позбутися цих спогадів деякий час. На питання «Чи буває так, що ви раптово відчуваєтеся так, ніби знову потрапили на той час і те місце, де була небезпека?» відповіді розподілилися наступним чином: 51% дали негативну відповідь, 26% відповіли, що коли таке трапляється, вони розуміють, що це лише відчуття і не втрачають при цьому зв'язку із ситуацією, в якій перебувають насправді. 10% відповіли, що відчуття буває досить

**Інновації медичної освіти: перспективи, виклики та можливості:
матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції**

реалістичним, но вони продовжують розуміти, що зараз знаходяться в небезпеці. Та також 10% відмітили, що все, що відбувається в цей момент здається їм дуже реальним: вони відчувають запахи, які були в ситуації загрози, ніби знову бачуть образи, но все ж розуміють, що перебувають в іншій обстановці. 3% відповіли, що знаходяться в такий момент в стані, ніби «випадають» з навколишньої реальності і нібито знову повернулися у страшну подію. У 47% опитуваних відмічається порушення сну після стресових подій, які проявляються у вигляді деяких труднощів із засинанням, це відмічають 27%, довго засинають або прокидаються вночі і після цього важко засинають – 11%, відсутність сну після прокидання вночі відмічають 7% та 2% мають дуже тривалий період засинання та відмічають недосипання більше 3-х годин на добу. Також 58% відмічають, що їм сняться неприємні сні про події, пережиті під час війни. На питання «Чи докладаете ви зусиль, щоб уникнути думок і почуттів, пов'язаних із пережитими під час війни подіями (наприклад, смутку, вини, безсилля, страху, гніву чи ні)?» відповіді розподілились наступним чином: 25% відповіли «ні», 28% докладають невеликі зусилля, 40% - докладають зусиль, щоб не думати про ті події, 6% докладають значних зусиль, вдаючись іноді до заспокійливих та 1% докладає всіляких зусиль, щоб уникати думок та почуттів про важкі події, використовуючи всі засоби, що допомагають упоратися зі складними переживаннями (заспокійливими, алкоголем, тощо). Реакцію у вигляді сильного переляку на гучні несподівані звуки відмітили 13% опитуваних, як виникаючу дуже рідко, 43% відповіли, що така реакція трапляється і 22%, що буває дуже часто. Зміни психічного стану разом із фізіологічними реакціями у вигляді прискореного серцебиття, м'язової напруги, тремтіння в руках, пітливості у ситуаціях, що нагадують про пережиті події відмітили 63% з яких 6% це дуже часто виникаючі випадки. На питання: "Чи помічали Ви втрату інтересів до занять, якими раніше захоплювалися?", 49% відповіли, що таке з ними трапляється, та 13% перебуває у такому стані весь час. Відтак, данні дослідження демонструють дуже не стабільний ментальний стан студентів в

**Інновації медичної освіти: перспективи, виклики та можливості:
матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції**

незалежності від їх місця перебування у даний час, тому що зараз всі українці перебувають в ненормальних обставинах. Така нестабільність – нормальна реакція на ненормальні обставини. Перепади емоційних станів під час війни – це типова реакція організму на перебування в умовах стресу, які супроводжуються фізичними реакціями у вигляді проблем зі сном, реакціями у вигляді сильного переляку на гучні несподівані звуки, реакціями у вигляді прискороного серцебиття, м'язової напруги, тремтіння в руках, пітливості. Отримані данні у ході нашого дослідження майже відповідають даним ВООЗ, [4,5] за якими близько 80 % постраждалих в екстремальних ситуаціях людей успішно справляються із травматичним стресом, і тільки у 20 % прояви травматичного стресу трансформуються у посттравматичний стресовий розлад як хворобу, в якій виявляються фізіологічні та психологічні симптоми. Тож пропонуємо п'ять ефективних психологічних порад, які допоможуть справитися зі стресовими розладами: Усвідом власні унікальність і неповторність (що в мені є такого, чого немає в інших!), розвивай і зміцнюй їх. Навчись говорити «ні», чітко виставляючи пріоритети в житті, важливо зосередитися і зрозуміти: потрібно-непотрібно, важливо-неважливо, добре-пагано. Не витрачай сил і часу на зайве! Розвивай оптимізм і могутність бажань, не втрачай віри, адже шанс є завжди! Пам'ятай – мріяти дуже корисно. Віднайди свою клавішу балансу, ту психологічну рівновагу, оптимальну співзвучність, узгоджену єдність різних психологічних сторін. Саме у стані балансу приймаються найоптимальніші рішення, приходить мудрість, відновлюється зв'язок зі своїм «Я», з'являється інтуїція і ресурс. Будь сміливим! Відпускай стрес! Витягуй свої крила, в якому б вони стані не були... Роби те, що тобі подобається, роби щосили, вперто і завзято. Зрозумій себе, свій ресурс і енергію, виходь із зони комфорту, красиво поєднуючи «хочу-можу-потрібно», знайди свою силу і впотужнюй її! Розвивай свою толерантність до невизначеності та змін, щоб уникнути зайвої тривоги. Світ стає все більш небередбачуваним. Неможливо все контролювати, тому

треба намагатися спокійно проаналізувати і усвідомити найцінніший дар на Землі – енергію свого життя і відкрити джерело своєї сили.

Перелік джерел інформації:

1. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. 236 с. (Загальна редакція: Л. Гридковець. Колектив авторів: Л. Гридковець, Т. Вебер, Н. Журавльова, О. Запорожець, О. Климишин, Д. Креймейер, А. Мокроусова, Н. Пророк, Н. Сиротич, Т. Сіренко, Л. Царенко, Н. Шапошник. Загальне керівництво проектом: Л. Малогулко.)
2. Звіт про ситуацію в Україні № 55. 2017. URL: https://www.unicef.org/ukraine/ukr/children_26268.html
3. Ковязіна К. О. Забезпечення соціального захисту дітей внутрішньо переміщених осіб. URL: <http://www.niss.gov.ua/content/articles/files/ditu-14275.pdf>.
4. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери /Л. А. Мельник та ін.; за ред. Л. С. Волинець. К. : Калита, 2015. 72 с.
5. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. рек. / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В.Залеська та ін. К.: Ла Страда-Україна, 2014. 84 с.
6. Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2015. URL: file:///D:/Users/Sony2/Downloads/pednauk_2015_8_53.pdf.