

ISSN 2409-0255 (Print)  
ISSN 2410-1427 (Online)

Міністерство охорони здоров'я України  
Полтавський державний медичний університет

# УКРАЇНСЬКИЙ СТОМАТОЛОГІЧНИЙ АЛЬМАНАХ

науково-практичний фаховий журнал

№ 2, 2023 р.

*Виходить 1 раз за 3 місяці (4 номери за рік)*

Мова видання: *українська, англійська*

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової  
інформації Серія КВ, № 21967-11867ПР  
Міністерство юстиції України  
від 23.02.2016 р.

Ministry of Health of Ukraine  
Poltava State Medical University

# UKRAINIAN DENTAL ALMANAC

Scientific and Practical Professional Journal

№ 2, 2023

*Periodicity: 4 times a year (March, June, September, December)*

Publishing languages: *English, Ukrainian (mixed languages).*

**УКРАЇНСЬКИЙ СТОМАТОЛОГІЧНИЙ АЛЬМАНАХ****Випуск 2 2023****Науково-практичний фаховий журнал**

Видається з 2000 року

**UKRAINIAN DENTAL ALMANAC****No.2 2023****Scientific and Practical Professional Journal**

Published since 2000

**Головний редактор:** проф. Дворник В.М., перший проректор закладу вищої освіти «Полтавський державний медичний університет», Полтава, Україна

**Заступник головного редактора:** проф. Ткаченко І.М., завідувач кафедри пропедевтики терапевтичної стоматології Полтавського державного медичного університету, Полтава, Україна

**Відповідальний секретар:** Марченко К.В., доцент закладу вищої освіти, кафедри ортопедичної стоматології з імплантологією Полтавського державного медичного університету, Полтава, Україна

**Editor-in-Chief:** Prof. V.M. Dvornyk, Vice-Rector of higher education institution «Poltava State Medical University», Poltava, Ukraine

**Deputy Editor-in-Chief:** prof. I.M. Tkachenko, Head of the Department of Propaedeutics of Therapeutic Dentistry, Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine

**Executive editor:** Assoc. Prof. K.V. Marchenko, Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine

**Редакційна колегія:** проф. Кайдашев І.П. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Лобань Г.А. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Петрушанко Т.О. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Силенко Ю.І. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна) проф. Аветіков Д.С. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Каськова Л.Ф. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Скрипнікова Т.П. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф.Ткаченко П.І. (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Л.В. Смаглюк (Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна), проф. Р.С. Назарян (Харківський національний медичний університет, Харків, Україна), проф. І.В. Ковач (Дніпровський державний медичний університет, Дніпро, Україна), проф. Барбара Тимчина-Боровіш (Люблінський медичний університет, Люблін, Польща), проф. Януш Боровіш (Люблінський медичний університет, Люблін, Польща), проф. Гасюк П.А. (Тернопільський національний медичний університет ім. І.Я. Горбачевського, Тернопіль, Україна), проф. Маланчук В.О. (Національний медичний університет ім. О. О. Богомольця, Київ, Україна), проф. Рожко М.М. (Івано-Франківський національний медичний університет, Івано-Франківськ, Україна), проф. Акхилананд Чауразія (Медичний університет короля Георга, Лакхнау, Індія), проф. Кієлбаса А. (Дунайський приватний університет, м. Кремс, Австрія), Волгін М. (Дунайський приватний університет, м. Кремс, Австрія)

**Members of the Editorial Board:** Prof. I.P. Kaidashev (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. H.A. Loban (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. T.O. Petrushanko (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. Yu.I. Sylenko (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. D.S. Avetikov (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. L.F. Kaskova (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. T.P. Skrypnikova (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. P.I. Tkachenko (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. L.V. Smaglyuk (Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine), Prof. R.S. Nazaryan (Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine), Prof. I.V. Kovach (Dnipropetrovsk Medical Academy, Dnipro, Ukraine), Prof. Barbara Tymczyna-Borowicz (Medical University of Lublin, Lublin, Poland), Prof. Janusz Borowicz (Medical University of Lublin, Lublin, Poland), Prof. Hasiuk P. (I.Horbachevsky Ternopil National Medical University, Ternopil, Ukraine), Prof. V.O. Malanchuk (Bogomolets National Medical University, Kyiv, Ukraine), Prof. M.M. Rozhko (Ivano-Frankivsk National Medical University, Ivano-Frankivsk, Ukraine), Assoc. Prof. A. Chaurasia (King George's Medical University, Lucknow, India), Prof. Andrej M. Kielbassa (The Danube Private University (DPU), Krems, Austria), Dr. Wolgin M. (The Danube Private University (DPU), Krems, Austria)

**Журнал внесено до електронних баз наукової періодики:**

- DOAJ
- WorldCat
- Google Scholar
- Crossref
- ROAD
- Національна бібліотека України ім. В.І.Вернадського

**Journal is enlisted in the electronic databases of scientific periodicals:**

- DOAJ
- WorldCat
- Google Scholar
- Crossref
- ROAD
- Vernadsky National Library of Ukraine.

**Над номером працювали:**

Відповідальний за випуск - Дворник В.М.

Літературний редактор – Лещенко Т.О.

Переклад англійською мовою – Приходько Я.М.

Художній і технічний редактор – Тімоніна Н.О.

Комп'ютерна верстка та дизайн - Пашенко Л.В.

**Editorial office:** Poltava State Medical University**Postal address:** 36011, 23 Shevchenka St., Poltava, Ukraine.**Executive editor:** Ph.D. in Medicine, Assoc. Prof. K.V. Marchenko,**Email:** ukrdent@pdmu.edu.ua; Tel: +380505666699

Рекомендовано Вченою радою Полтавського державного медичного університету МОЗ України протокол № 9 від 21.06.2023 р.

Підписано до друку 21.06.2023 р.

Accepted for publication 21.06.2023

Редакційно-видавничий відділ ПДМУ, вул. Шевченка, 23, м. Полтава, 36011

Свідоцтво державного комітету телебачення і радіомовлення України Серія ДК № 7733 від 08.02.2023 р.  
Формат 60x84/8. Папір офсетний. Друк плоский. Ум друк. арк. 6,47+0,5 обкл. Тираж 100 прим. Замовлення № 98.

**ЗМІСТ****CONTENTS****ТЕРАПЕВТИЧНА СТОМАТОЛОГІЯ****Ремезюк І.Г., Авдєєв О.В.**ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ  
ЛІКУВАЛЬНИХ ЗАСОБІВ НА ОСНОВІ  
ХЛОРГЕКСЕДИНУ В ПАЦІЄНТІВ  
ІЗ ХРОНІЧНИМ ГЕНЕРАЛІЗОВАНИМ  
ПАРОДОНТИТОМ**5****Remeziuk I.H., Avdeev O.V.**EVALUATION OF THE EFFICACY  
OF CHLORHEXIDINE-BASED MEDICATIONS  
IN PATIENTS WITH CHRONIC GENERALIZED  
PERIODONTITIS**Савельєва Н.М., Діасамідзе М.Е.**КОРЕЛЯЦІЙНІ ЗВ'ЯЗКИ МІЖ КАРІЕСОМ  
ЗУБІВ І КЛІНІЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ  
РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ В ОСІБ, ЯКІ  
ПЕРЕХВОРИЛИ НА COVID-19,  
ІЗ УРАХУВАННЯМ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО  
СТАНУ**10****Savielieva N.M., Diasamidze M.Ye.**CORRELATIONS BETWEEN DENTAL CARIES  
AND CLINICAL INDICATORS OF ORAL FLUID  
AMONG PATIENTS WITH COVID-19, TAKING  
INTO ACCOUNT THE PSYCHO-EMOTIONAL  
STATE**ОРТОПЕДИЧНА СТОМАТОЛОГІЯ****Davydenko V.Yu., Davydenko H.M.,  
Khilinich Ye.S., Sylenko B.Yu.**THE IMPACT OF FIXED DENTURES  
ON THE TISSUES OF THE ORAL CAVITY  
AND THE COURSE OF GASTROINTESTINAL  
DISEASES**15****Давиденко В.Ю., Давиденко Г.М.,  
Хілініч Є.С., Силенко Б.Ю.**ВПЛИВ НЕЗНІМНИХ КОНСТРУКЦІЙ ЗУБНИХ  
ПРОТЕЗІВ НА ТКАНИНИ ПОРОЖНИНИ РОТА  
І ПЕРЕБІГ ЗАХВОРЮВАНЬ ШЛУНКОВО-  
КИШКОВОГО ТРАКТУ**ОРТОДОНТІЯ****Мельник В.С., Зомбор К.В.,  
Мельник С.В.**ПОШИРЕНІСТЬ ЗУБОЩЕЛЕПНИХ  
АНОМАЛІЙ СЕРЕД ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ  
М. УЖГОРОДА**20****Melnyk V.S., Zombor K.V.,  
Melnyk S.V.**PREVALENCE OF MAXILOFACIAL  
ABNORMALITIES AMONG CHILDREN  
AND ADOLESCENTS IN UZHGOROD**СТОМАТОЛОГІЯ ДИТЯЧОГО ВІКУ****Maksymenko A.I., Mosiienko A.S.,  
Sheshukova O.V., Kuz I.O.,  
Polishchuk T.V., Kazakova K.S.**COMPARATIVE CHARACTERISTICS  
OF DENTAL CARIES AND ITS  
COMPLICATIONS IN CHILDREN OF POLTAVA  
REGION**24****Максименко А.І., Мосієнко А.С.,  
Шешукова О.В., Кузь І.О., Поліщук Т.В.,  
Казакова К.С.**ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА  
ПОКАЗНИКІВ КАРІЕСУ ЗУБІВ І ЙОГО  
УСКЛАДНЕНЬ У ДІТЕЙ ПОЛТАВЩИНИ**Каськова Л.Ф., Моргун Н.А.,  
Ващенко І.Ю., Новікова С.Ч.,  
Хміль О.В., Андріянова О.Ю.,  
Артем'єв А.В.**ОСНОВНІ НАПРЯМИ ЛІКУВАННЯ  
ФЛЮОРОЗУ ЗУБІВ**30****Kaskova L.F., Morhun N.A.,  
Vashchenko I.Y., Novikova S.Ch.,  
Khmil O.V., Andriyanova O.Yu.,  
Artemyev A.V.**BASIC DIRECTIONS IN FLUOROSIS  
TREATMENT

## **ЕПІДЕМІОЛОГІЯ, ОРГАНІЗАЦІЯ СТОМАТОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ**

**Рубан О.І., Яценко Ю.Б.**

НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ  
ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МОДЕЛІ  
ПРОФІЛАКТИКИ СТОМАТОЛОГІЧНИХ  
ЗАХВОРЮВАНЬ СЕРЕД ДОРОСЛОГО  
НАСЕЛЕННЯ

**35**

**Ruban O.I., Yashchenko Yu.B.**

SCIENTIFIC SUBSTANTIATION  
OF THE FUNCTIONAL MODEL  
OF PREVENTION OF DENTAL DISEASES  
AMONG THE ADULT POPULATION

**Удод О.А., Єряшева І.О.,  
Яковлева Н.М.**

АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ АНКЕТУВАННЯ  
ЛІКАРІВ-ІНТЕРНІВ ЩОДО  
ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ГІГІЄНИ ПОРОЖНИНИ  
РОТА

**42**

**Udod O.A., Yeriyasheva I.O.,  
Yakovleva N.M.**

ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE  
QUESTIONNAIRE OF INTERN DOCTORS  
REGARDING INDIVIDUAL ORAL HYGIENE

## **ПИТАННЯ МЕТОДОЛОГІЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ ТА НАУКИ**

**Каськова Л.Ф., Янко Н.В.,  
Андріянова О.Ю., Ващенко І.Ю.**

ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ  
ТЕХНОЛОГІЙ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ  
СТОМАТОЛОГІВ

**47**

**Kaskova L.F., Yanko N.V.,  
Andryanova O.Yu., Vashchenko I.Yu.**

THE USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES  
FOR TRAINING FUTURE DENTAL DOCTORS

**Павленко С.А., Павленкова О.В.,  
Сидорова А.І., Ткаченко І.М.**  
ЕМОЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНА СКЛАДОВА  
НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ  
В СУЧАСНИХ УМОВАХ

**51**

**Pavlenko S.A., Pavlenkova O.V.,  
Sydorova A.I., Tkachenko I.M.**

EMOTIONAL AND PSYCHOLOGICAL  
COMPONENT TRAINING OF EDUCATORS  
IN MODERN CONDITIONS

ДО ВІДОМА АВТОРІВ

**56**

УДК 378.147:616.89

*Павленко С.А., Павленкова О.В., Сидорова А.І., Ткаченко І.М.*

## ЕМОЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНА СКЛАДОВА НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Полтавський державний медичний університет, Полтава, Україна

Життя вносить свої корективи в нашу буденність. Людина не може вплинути на обставини, не може їх корегувати, але може їх прийняти й адаптуватися до стану навколишнього середовища, поточної ситуації та характеру життя в ній.

Емоційні стани, які ми переживаємо під час війни, – це нормальна реакція на ненормальні події. Люди не можуть не читати новини про війну, не можуть дозволити собі бути поза новинами, адже від цієї інформації залежать безпека членів їхніх родин і відчуття власної безпеки [1]. Тому у воєнний час важливо використовувати лише перевірені джерела інформації, довіряти лише офіційним каналам соціальних мереж і повідомленням від офіційних осіб держави.

Ураховуючи обставини й реалії сьогодення, постійний моніторинг новин у соціальних мережах викликає в людини появу ілюзії контролю й упевненості в тому, що поки відслідковуєш останні новини, погані події не можуть спіткати зненацька.

Думскролінг (від англ. doom – «загибель, доля, рок, Судний день» і scrolling – «прокрутка») – це схильність до перегляду і прочитання поганих новин, незважаючи на те, що вони пригнічують, засмучують і деморалізують людину. Також інколи використовується схоже поняття «думсерфінг» (doomsurfing), яке характеризується умисним пошуком подібних інфоприводів [2].

Підсвідомо людина прагне відслідковувати погані події, потенційну загрозу, щоб учасно на неї зреагувати. Але така ситуація, як звичка, може викликати розвиток стійкої залежності від перегляду новин і хронічний стрес, який характеризується очікуванням поганих подій.

Людина не може впливати на події, але може їх усвідомити і прийняти. А прийнявши – пристосуватися до обставин, що допоможе запобігти розвитку страху й емоційного стресу.

У воєнний час дуже важливою стає здатність організму людини переживати стрес, який є відповідною реакцією організму на зміну умов життя. Стресостійкість – здатність організму витримувати стрес і факто, який допомагає адаптуватися, жити, рухатися вперед.

Як зазначає Люсі Бересфорд, стрес впливає на людину, призводячи до знесилення, поганого настрою і безпорадності [3].

Коли людина розгублена, без підтримки (емоційної, психологічної, суспільної), без почуття впевненості в майбутньому, із розумінням того, що, як раніше, жити вже не може, а як жити

далі ще не знає, запускається механізм дезадаптації, який і провокує розвиток стресу. Думскролінг стає джерелом стресу – стресором, подразником і може погіршити емоційний стан людини. Але кожна людина по-своєму реагує на обставини і виходить зі стресового стану по-різному.

Намагаючись адаптуватися до нових реалій і умов життя, людський організм проходить певні стадії стресу, які залежать від низки чинників:

- рівня стійкості (резистентності) організму;
- тривалості й інтенсивності дії стресора;
- особистого сприйняття фактора стресу людиною;
- адаптаційної гнучкості [4].

Чим вища стресостійкість, чим свідоміша людина, тим краще розвинене в неї критичне мислення, і вона спокійніше й легше (без шкоди організму і порушення психічного стану) переживе стрес [5].

Виокремлюють три стадії розвитку стресу: тривоги, підвищення загальної резистентності (опірності) та виснаження [6].

1. Стадія тривоги. Це найперша стадія, що виникає з появою подразника, який викликає стрес. При цьому миттєво мобілізується ресурсний потенціал організму – шок, а далі розвивається стадія протишоку, яка нівелює і дещо послаблює вплив стресу на організм. Відбувається максимальна мобілізація адаптивних ресурсів організму, швидке приведення людини в стан напруженої готовності – готовності боротися або втікати від небезпеки.

2. Стадія опірності (підвищення загальної резистентності). Якщо стрес-фактор (стресор) продовжує діяти досить тривалий час, тоді організм захищається від стресу, витрачаючи «резервний» запас сил із максимальним навантаженням на всі системи організму й намагається пристосуватися до мінливих обставин.

Саме на цій стадії стресором, який пролонгуватиме і поглиблюватиме стрес, буде думскролінг. І чим довше людина заглиблюється в стрічку новин, тим імовірніше в неї виникає інформаційне перевантаження, а вірогідність заглиблення в хронічний стрес підвищується. Страхів, тривоги стає більше, й інколи вони навіть нічим не зумовлені. Виникає хибне уявлення про те, що нескінченний думскролінг може заспокоїти, але відбувається навпаки: тривожність і стрес посилюються.

3. Стадія виснаження. Якщо стресор продов-

жує діяти, слабшають можливості організму протистояти стресу, тому що виснажуються резерви людини. Знижується загальна опірність організму, адаптація в несприятливих умовах погіршується. Стрес «полонить» людину і може призвести до порушення функціонування організму й загострення хронічних захворювань [7].

Загрозлива ситуація або навіть очікування її розвитку викликають негативні емоції, а усвідомлення загрози потребує від людини мобілізації всіх сил на подолання стресового фактора, який спровокований думскролінгом.

Ураховуючи вищевикладене, звертаємо увагу науково-педагогічних працівників на емоційний стан здобувачів освіти під час навчання в умовах воєнного стану, а також на роль викладачів у процесі навчання і спілкування зі здобувачами освіти в сучасних реаліях, в умовах війни.

На початку війни в Україні в багатьох здобувачів освіти виникало запитання: «Як і навіщо зараз навчатися, коли йде війна?». Багато хто задавався запитаннями: «Що робити, адже я хочу продовжувати навчання, але обставини змінили моє життя?», «Можливо, варто зараз припинити навчання, адже який тепер у цьому сенс?» і ще багато інших запитань, на які важко було знайти відповіді.

Треба зазначити, що вчитися потрібно навіть у важкі часи [8]. Навчання може стати фактором, який послабить стрес, відволікатиме від негативних подій, від переживань за поточну ситуацію в суспільстві, країні, а також допоможе сконцентруватися й мінімізувати залежність від думскролінгу.

Навчання в складних умовах, коли усвідомлюються можливі загрози (повітряні тривоги, новини в ЗМІ, розповіді знайомих та ін.), допомагає пристосуватися до умов сьогодення, дисциплінує і дає можливість працювати на кращий результат.

Науково-педагогічні працівники закладів вищої освіти мусять ураховувати те, що здобувачі освіти, адаптуючись до нових соціальних і політичних реалій сьогодення, можуть відчувати себе емоційно нестабільно. Багато з них налякані й можуть перебувати на одній зі стадій стресу: тривоги, опірності або виснаження [9; 10].

Залежно від ставлення здобувача освіти до стресора, від інтелектуальних можливостей оцінки стресового фактора, у нього формується мотивація на подолання труднощів, а навчання буде відвертати фокус стресу від подій, на які людина вплинути не може. Таким чином підсилюється емоційна стійкість здобувача освіти, а викладач, як наставник, впливає на її вдосконалення і посилення.

Емоційна стійкість характеризується трьома елементами (McCarty&Childre, 2010):

- фізичні елементи – здоров'я, життєва енергія, фізична сила;
- психологічні або психічні елементи – самооцінка, упевненість, мислення й міркування, увага, зосередженість, можливість і здатність до самоідентифікації та самовираження;

- соціальні елементи – спілкування і співпраця, міжособистісні стосунки (навчання, робота, близькі, друзі, робота, побут) [11].

Слід зазначити, що емоційна стійкість, як внутрішня мотивація і сила, дозволяє людині заспокоїтися після отримання негативної інформації чи події і дає можливість сприймати негарзди з точки зору того, що вони не назавжди й тимчасові. Слід посилювати у здобувачів освіти віру в себе, говорити про стійкість, пристосування до стресу й умов життя в сучасних реаліях і вчити їх відволікатися від поганих новин.

Оцінити рівень емоційної стійкості свій і здобувачів освіти можна за тестом самооцінки емоційної стійкості.

Нижче наведено десять тверджень, які визначають особистість. Кожне твердження оцінюється від 0 до 5, де «0» означає «категорично не згодний», а «5» – «повністю згодний».

1. Я довіряю собі – 0 1 2 3 4 5;
2. Я пишаюся своїми досягненнями – 0 1 2 3 4 5;
3. Я маю силу долати труднощі – 0 1 2 3 4 5;
4. У мене є люди, які мене люблять – 0 1 2 3 4 5;
5. Я можу впоратися з критикою – 0 1 2 3 4 5;
6. Я поважаю себе та інших – 0 1 2 3 4 5;
7. Мені подобається бути частиною спільноти – 0 1 2 3 4 5;
8. Я усвідомлюю свої сильні та слабкі сторони – 0 1 2 3 4 5;
9. Я зосереджуюсь на рішеннях більше, ніж на проблемах – 0 1 2 3 4 5;
10. Я люблю своє життя – 0 1 2 3 4 5.

Інтерпретацію отриманого результату можна оцінювати таким чином: 0-15 – емоційна стійкість низька (надмірна чутливість до стресу, погані навички подолання стресу); 16-30 – середня емоційна стійкість (є здатність боротися зі стресом і відновлюватися, але можна її покращувати за допомогою тренувань і практики); 31-50 – висока емоційна стійкість, характеризується гарним балансом між емоційною стійкістю і сприйняттям стресу.

Емоційна стійкість залежить від багатьох факторів, і вони досить тісно пов'язані між собою. Як приклад: підвищення стійкості в умовах сучасних реалій може зробити здобувача більш стійким у особистісних стосунках, а міцні особистісні стосунки покращать стресостійкість у теперішніх умовах життя, будуть мотивувати до досягнення цілей, покращення навчання, бажання стати кращим. Але в екстремальних ситуаціях у людини різко зростає емоційна напруженість, яка посилюється за умов постійного моніторингу новин. А як наслідок – розвивається і посилюється стан емоційної тривоги, який викликає негативні емоції, знижує самооцінку і впевненість у своїх можливостях.

В умовах гострої стресової ситуації слід розуміти, що емоційна стійкість буде підтримувати функціонуючий стан організму, робочий стан людини й ефективно сприятиме спроможності

впоратися із загрозливою ситуацією. Здобуваючи і формуючи знання під час навчання в умовах воєнного стану, покращується мотивація й підготовка до подальшого навчання, надбання нових знань, компетентностей і можливостей. Слід розвивати самосвідомість, наполегливість, емоційний самоконтроль, гнучке мислення й міжособистісні стосунки на професійному, навчальному, побутовому рівнях, тим самим відволікаючись від реалій сьогодення (воєнного стану, загроз, ситуації на фронті, ситуації в країні та ін.), а також від постійного перегляду новин у соціальних мережах.

МОЗ України дає низку порад, як говорити з дітьми про війну. Але деякі з цих порад можна адаптувати і для здобувачів освіти, щоб покращити емоційну стійкість, психологічний стан і підсилити резистентність організму, зменшити залежність від постійного прочитання новин і налаштувати свідомість здобувачів освіти на бажання навчатися з розумінням майбутнього.

Здобувачі освіти мають знати, що вони можуть говорити з викладачем про речі, які їх хвилюють, і розуміти, що відбувається в країні. Потрібно надавати студентам впевненості, що в спілкуванні з викладачем разом можна знайти мудрі відповіді, розмірковувати й робити висновки.

Спілкування – це один зі способів, який допоможе заспокоїти людину. Завдяки спілкуванню зі здобувачами освіти можна дати їм можливість «вилити душу» (розрядити напруженість і знизити рівень тривожності); «переключити думки» студента на цікаві теми в навчанні та необхідності здобуття майбутньої професії; спільно відшукати відповіді на запитання, які є стресовими в теперішніх умовах навчання.

Завдяки такому спілкуванню зі студентами вони зрозуміють, що ви розділяєте їхні почуття, що вони не самотні у своєму страху, тривогах, хвилюванні й завдяки викладачу не залишаться зі своїми страхами й переживаннями наодинці. Тобто прояви емпатії зі сторони викладача до здобувача освіти сприятимуть підвищенню емоційної стійкості, стресостійкості та покращать віру в себе, впевненість у майбутньому й розуміння того, заради чого потрібно вчитися.

Викладач має давати надію і говорити про цінності: власні, сімейні, життєві. Спілкуватися зі здобувачем із точки зору того, що надія – це про Світло, яке перемагає темряву, попри біль і втрати. І розуміння цього має бути мотивацією для здобувача освіти в бажанні вчитися, рухатися вперед і перемагати свої страхи, хвилювання й негаразди.

Під час спілкування зі здобувачами освіти викладач має бути коректним до тих, хто пережив досвід бомбардувань, окупації, вимушеної еміграції та ін. Потрібно допомогти студенту висловити свої почуття, пов'язані з пережитою подією, запропонувати йому описати те, що сталося, у вигляді розповіді. А також показати, що з негативною подією, яка сталася, можна зробити висновок, який стане корисним надалі, а той досвід,

який здобувач набув, можна буде передати іншим. Важливо підтримувати один одного, спілкуватися з тими, хто поруч, свідомо демонструючи свою емоційну стійкість, що надасть впевненості оточенню. Якщо людина виговориться, рівень напруженості та стан стресу знижуються. У такий момент виникає можливість почути один одного у співбесіді, настає «розрядка», знижуються емоційна напруженість і тривожність. Людина починає раціонально й адекватно оцінювати поточну ситуацію, що, своєю чергою, веде до нормалізації емоційного стану, підвищення самооцінки.

Роль морально-психологічного чинника в спілкуванні посилюється. Спілкування зі здобувачами освіти в сучасних реаліях буде визначати поведінку студента, корегувати його емоційний стан, гармонізувати його й активізувати внутрішню потребу в навчанні, щоб долати негативні емоції та нівелювати вплив негативної інформації на стресостійкість.

Інформаційний контроль, емоційний контроль, а також спілкування без токсичних людей запобігатимуть негативному впливу стресового імпульсу й покращать навички подолання стресів.

Отже, спілкування з метою відволікання від думскролінгу і його впливу на емоційний стан здобувачів освіти – це важливий фактор, який послабить вплив стресора на емоційний стан і покращить емоційну стійкість студента, зміцнить його впевненість у собі й підвищить його самоприйняття, а також дасть здобувачу освіти розуміння ситуації й відповіді на складні запитання в реаліях сьогодення.

### Внесок авторів

Автори підтверджують свій внесок у роботу таким чином: концепція дослідження і дизайн - Павленко С.А., Павленкова О.В., Сидорова А.І., Ткаченко І.М.; збір даних - Павленко С.А., Павленкова О.В., Сидорова А.І., Ткаченко І.М.; аналіз та інтерпретація результатів - Павленко С.А., Павленкова О.В., Сидорова А.І., Ткаченко І.М.; підготовка рукопису до друку - Павленко С.А., Павленкова О.В., Сидорова А.І., Ткаченко І.М.

Усі автори ознайомилися з результатами і схвалили остаточний варіант рукопису.

### Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

### Список літератури

1. Суспільне. Новини [Інтернет]. Київ: Сайт новин; 2022 [цитовано 2023 лют 23]; Доступно: <https://suspijne.media/211997-trivoznist-pid-casvijni-so-dopomoze-zaspokoitisa>
2. Лайфхакер. Новини [Інтернет]. Сайт новин, 2022. [цитовано 2023 лют 18]. Доступно: <https://liferhacker.ru/doomscrolling>
3. Huffpost. News [Internet]. London: News, 2022. Available from: <https://www.huffingtonpost.co.uk/entry/if-youre->

- feeling-anxious-scared-or-overwhelmed-by-war-in-ukraine-we-get-it\_uk\_62175c17e4b03d0c80341176
4. Сапольски Роберт. Психологія стресу. Жанр: психологія [Інтернет]. 2013 [цитовано 2023 лют 18]; 480 с. Доступно: <https://limbook.net/book/psihologiya-stressa.html>
  5. Собченко ОМ. Індивідуально-психологічні особливості поведінки рятувальників у стресогенних обставинах [дисертація]. Донецьк: Донецький ін-т післядипломної освіти інженерно-педагогічних працівників АПН України; 2006. 331с.
  6. Освіта.UA. Вища освіта. Реферати. Психологія [Інтернет]. Київ: Видавнича служба Освіта.UA; 2012. [цитовано 2023 лют 20]. Доступно: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/28184/>
  7. Снісаренко АГ. Динаміка психологічних характеристик рятувальника під час професійного становлення. Психологічні науки: зб. наук. праць. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2007, № 18(42), с.240–6.
  8. Куценко НП, Біланова ЛП. Формування мотивації до навчання здобувачів освіти в умовах пандемії. Матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф. Фахова передвища і професійна освіта: теорія, методика, практика; 2021 Квіт 14; Київ. Київ: Науково-методичний центр ВФПО; 2021, с.358–61. Доступно: <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/16918>
  9. Шепітько ВІ., Лисаченко ОД., Борута НВ. Психологічні аспекти соціальної адаптації студентів-першокурсників до навчання в Українській медичній стоматологічній академії. Abstracts of III International scientific and practical conference. Man and environment, trends and prospects; 2020 Feb. 10–11, Tokyo. Tokyo; 2020, с.193–5. Доступно: <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/16137>
  10. Зенченко ДД., Корчан НО., Устенко РЛ. Роль куратора в організації навчального процесу та адаптації здобувачів вищої освіти на першому році навчання. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. Методика навчання природничих дисциплін у середній та вищій школі (XXIX Каришинські читання), присвяченої розробкам моделей підготовки майбутнього вчителя до педагогічної діяльності в Новій українській школі; 2022 Трав 26–27, Полтава. Полтава: Аст-рая; 2022, с.96–8. Доступно: <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/18745>
  11. Криворізький державний педагогічний університет. Сайт: Психологічна служба КДПУ. Рекомендації [Інтернет]; 2022 [цитовано 2023 лют 15]; Доступно: <https://kdpu.edu.ua/sotsialno-hromadska-diialnist/psykholohichna-sluzhba/rekomendatsii/18499-shcho-take-emotsiyna-stiykist-i-yak-yiyi-rozvynuty.html>
  3. Huffpost. News [Internet]. London: News, 2022. Available from: [https://www.huffingtonpost.co.uk/entry/if-youre-feeling-anxious-scared-or-overwhelmed-by-war-in-ukraine-we-get-it\\_uk\\_62175c17e4b03d0c80341176](https://www.huffingtonpost.co.uk/entry/if-youre-feeling-anxious-scared-or-overwhelmed-by-war-in-ukraine-we-get-it_uk_62175c17e4b03d0c80341176)
  4. Sapolsky Robert. Psykholohiia stresu. Zhanr: psykholohiia [Internet]. 2013 [tsytovano 2023 liut 18]; 480 s. Dostupno: <https://limbook.net/book/psihologiya-stressa.html> (Ukrainian).
  5. Sobchenko OM. Indyvidualno-psykholohichni osoblyvosti povedinky riatuvalnykiv u stresohennykh obstavynakh [dysertatsiia]. Donetsk: Donetskyi in-t pisljadiplomnoi osvity inzhenerno-pedahohichnykh pratsivnykiv APN Ukrainy; 2006. 331s. (Ukrainian).
  6. Osvita.UA. Vyshcha osvita. Referaty. Psykholohiia [Internet]. Kyiv: Vydavnycha sluzhba Osvita.UA; 2012. [tsytovano 2023 liut 20]. Dostupno: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/28184/> (Ukrainian).
  7. Snisarenko AH. Dynamika psykholohichnykh kharakterystyk riatuvalnyka pid chas profesiinoho stanovlennia. Psykholohichni nauky: zb. nauk. prats. Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Kyiv: NPU im. M. P. Drahomanova; 2007, № 18(42), s.240–6. (Ukrainian).
  8. Kutsenko NP, Bilanova LP. Formuvannia motyvatsii do navchannia zdobuvachiv osvity v umovakh pandemii. Materialy II Vseukr. nauk.-prakt. konf. Fakhova peredvyschcha i profesiina osvita: teoriia, metodyka, praktyka; 2021 Kvit 14; Kyiv. Kyiv: Naukovo-metodychnyi tsentr VFPO; 2021, s.358–61. Dostupno: <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/16918> (Ukrainian).
  9. Shepitko VI., Lysachenko OD., Boruta NV. Psykholohichni aspekty sotsialnoi adaptatsii studentiv-pershokursnykiv do navchannia v Ukrainskii medychnii stomatolohichnii akademii. Abstracts of III International scientific and practical conference. Man and environment, trends and prospects; 2020 Feb. 10–11, Tokyo. Tokyo; 2020, s.193–5. Dostupno: <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/16137> (Ukrainian).
  10. Zenchenko DD., Korchan NO., Ustenko RL. Rol kuratora v orhanizatsii navchalnoho protsesu ta adaptatsii zdobuvachiv vyshchoi osvity na pershomu rotsi navchannia. Materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii. Metodyka navchannia pryrodnychkh dystsyplin u serednii ta vyshchii shkoli (XXIX Karyshynski chytannia), prysviachenoi rozrobkam modelei pidhotovky maibutnoho vchytelia do pedahohichnoi diialnosti v Novii ukrainskii shkoli; 2022 Trav 26–27, Poltava. Poltava: Astraia; 2022, s.96–8. Dostupno: <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/18745> (Ukrainian).
  11. Kryvorizkyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet. Sait: Psykholohichna sluzhba KDPU. Rekomendatsii [Internet]; 2022 [tsytovano 2023 liut 15]; Dostupno: <https://kdpu.edu.ua/sotsialno-hromadska-diialnist/psykholohichna-sluzhba/rekomendatsii/18499-shcho-take-emotsiyna-stiykist-i-yak-yiyi-rozvynuty.html> (Ukrainian).

### References

1. Suspilne. Novyny [Internet]. Kyiv: Sait novyn; 2022 [tsytovano 2023 liut 23]; Dostupno: <https://suspilne.media/211997-trivoznist-pid-cas-vijni-so-dopomoze-zaspokoitisa> (Ukrainian).
2. Laifkhaker. Novyny [Internet]. Sait novyn; 2022. [tsytovano 2023 liut 18]. Dostupno: <https://lifelhacker.ru/doomscrolling> (Ukrainian).

**Стаття надійшла  
30.03.2023 року**



### Резюме

Емоційні стани, які ми переживаємо під час війни, – це нормальна реакція на ненормальні події. Ураховуючи обставини й реалії сьогодення, постійний моніторинг новин у соціальних мережах викликає в людини появу ілюзії контролю й впевненості в тому, що поки відслідковуєш останні новини, погані події не можуть спіткати зненацька. Думскролінг – це схильність до перегляду і прочитання поганих новин, незважаючи на те, що вони пригнічують, засмучують і деморалізують людину. Вона не може впливати на події, але може їх усвідомити, прийняти, але по-своєму реагувати на обставини і виходити зі стресового стану по-різному.

Намагаючись адаптуватися до нових реалій і умов життя, людський організм проходить певні стадії стресу, які залежать від рівня резистентності організму; тривалості дії стресору; особистого сприйняття фактору стресу; адаптаційної гнучкості.

Виокремлюють три стадії розвитку стресу: тривоги, підвищення загальної резистентності (опірності) та виснаження, які мають свої прояви й характеристики. Загрозлива ситуація або навіть очікування її розвитку викликають негативні емоції, а усвідомлення загрози потребує від людини мобілізації всіх сил на подолання стресового фактора, спровокованого думскролінгом.

Ураховуючи вищевикладене, необхідно звернути увагу науково-педагогічних працівників на емоційний стан здобувачів освіти під час навчання в умовах воєнного стану, а також на роль викладачів у процесі навчання і спілкування зі здобувачами освіти в сучасних реаліях, в умовах війни.

Науково-педагогічні працівники закладів вищої освіти мають ураховувати те, що здобувачі освіти, адаптуючись до нових соціальних і політичних реалій сьогодення, можуть відчувати себе емоційно нестабільно. Викладач має давати надію і говорити про цінності: власні, сімейні, життєві. Спілкуватися зі здобувачем із точки зору того, що надія – це про Світло, яке перемагає темряву, попри біль і втрати. І розуміння цього має бути мотивацією для здобувача освіти в бажанні вчитися, рухатися вперед і перемагати свої страхи, хвилювання й негаразди.

**Ключові слова:** думскролінг, стрес, емоційна стійкість, стресостійкість.

UDC 378.147:616.89

## EMOTIONAL AND PSYCHOLOGICAL COMPONENT TRAINING OF EDUCATORS IN MODERN CONDITIONS

*Pavlenko S.A., Pavlenkova O.V., Sydorova A.I., Tkachenko I.M.*

Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine

### Summary

The emotional states we experience during a war are a normal reaction to abnormal events. Given the circumstances and realities of today, constant monitoring of news on social media gives a person the illusion of control and confidence that as long as you follow the latest news, bad events cannot take you by surprise. Thought-scrolling is the tendency to watch and read bad news, despite the fact that it depresses, upsets and demoralizes a person. They cannot influence events, but they can realize them, accept them, but react to the circumstances in their own way and get out of the stressful state in different ways.

Trying to adapt to new realities and living conditions, our body goes through certain stages of stress, which depend on the level of body resistance; duration of stressor exposure; personal perception of the stressor; and adaptive flexibility.

There are three stages of stress development: anxiety, increased general resistance (resilience) and exhaustion, which have their own manifestations and characteristics. A threatening situation, or even the expectation of such a situation, causes negative emotions, and awareness of the threat requires a person to mobilize all his or her strength to overcome the stress factor provoked by thought scrolling.

Given the above, one would like to draw the attention of academic staff to the emotional state of students during martial law, as well as the role of instructors in the process of teaching and communicating with students in modern realities, in the context of war.

Research and teaching staff of higher education institutions should take into account the fact that students, adapting to the new social and political realities of today, may feel emotionally unstable. The teacher should give hope and talk about values: their own, family, and life values. Communicate with the student from the point of view that hope is about the Light that conquers the darkness, despite pain and loss. And understanding this should be a motivation for the student to learn, move forward and overcome their fears, worries and troubles.

**Key words:** doomscrolling, stress, emotional stability, stress resistance.