

Трансформація Я-концепції має подвійний характер - деструктивно-конструктивний. Вона поєднує процеси руйнування колишніх уявлень і створення нової системи самоідентифікації. Ключову роль у цьому відіграють: психологічна підтримка, соціальне визнання та духовна опора. Гармонізація Я-концепції ветерана є показником його психологічного відновлення та духовної перемоги.

ЛІТЕРАТУРА

1. Блінов О.А. *Психологія бойової психічної травми: монографія*. Київ: Талком, 2016. 246 с.
2. Горбунова В., Карачевський А., Климчук В. *Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО: посібник для ведучих груп*. Львів: Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2016. 91 с.
3. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
4. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О. *Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
5. Панок В. Г. *Прикладна психологія. Теоретичні проблеми: монографія*. Київ: Ніка-Центр, 2017. 188 с.
6. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях: навч.-практич. посіб. / за заг. ред. О.А. Моргунова. МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2022. 84 с.
7. Петrenchенко С.А. *Психологічні аспекти адаптації учасників бойових дій та членів їх сімей в умовах війни*. Київ: Талком, 2024. 129 с.
8. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / З. Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г. П. Лазос [та ін.]; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с.
9. Франкл В. *Людина в пошуках справжнього сенсу*. Харків: КСД, 2020. 160 с.
10. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row, 1954. 369 p.
11. Rogers C. *On Becoming A Person. A Therapist's View of Psychotherapy: 60-th Anniversary Edition*. Constable, 2004.448 p.

Гунчак Ірина

Науковий керівник – доц. Адамська Зоряна

МЕДІАЦІЯ ЯК МЕТОД ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ

У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ

Сучасна система освіти функціонує в умовах соціальної динаміки, індивідуалізації та зростання психологічного навантаження на студентів. Це зумовлює виникнення численних конфліктів у студентських групах – міжособистісних, рольових, ціннісних.

Освіта в Україні та світі орієнтована не лише на формування професійних компетенцій студентів, а й на розвиток їх соціально-психологічних навичок. У навчальних групах часто виникають конфліктні ситуації, пов'язані як з міжособистісними взаєминами, так і з розподілом ролей, завдань чи ресурсів. Нерозв'язані конфлікти можуть призводити до зниження ефективності навчального процесу, погіршення психологічного клімату групи та зменшення мотивації студентів. Ефективне управління такими ситуаціями є важливою умовою психологічного комфорту, формування колективу та успішної навчальної діяльності.

У цьому контексті медіація виступає одним із найбільш ефективних інструментів вирішення конфліктів. Медіація передбачає конструктивний діалог між сторонами конфлікту за

участю нейтральної третьої особи – медіатора, яка сприяє пошуку взаємовигідного рішення. Цей процес базується на принципах добровільності, нейтральності, конфіденційності та рівності сторін.

Актуальність дослідження визначається необхідністю впровадження медіаційних технологій в освітній процес для підвищення соціально-психологічної стійкості студентських груп та формування культури мирного вирішення конфліктів. Саме тому метою цієї статті стало теоретичне обґрунтування ефективності медіації як методу врегулювання конфліктних ситуацій у студентських групах та розробці практичних рекомендацій для її впровадження в освітньому середовищі.

У сучасних дослідженнях медіація визначається як процес посередництва, що ґрунтується на принципах добровільності, нейтральності, конфіденційності та взаємної поваги сторін [3; 7]. Впровадження медіаційних практик у студентському середовищі сприяє розвитку емоційного інтелекту, навичок активного слухання та толерантності до різних поглядів.

К. Мур визначає «медіацію» (від лат. *mediare* – бути посередником) як альтернативний спосіб вирішення спорів за участю нейтральної третьої сторони – медіатора [9].

Згідно з Законом України «Про медіацію», це добровільна, позасудова процедура, спрямована на врегулювання конфлікту шляхом переговорів за допомогою посередника [1].

Основними принципами медіації Л. Коваленко визначає: добровільність, рівність сторін, нейтральність медіатора, конфіденційність та відповідальність сторін за прийняті рішення [2]. Ці принципи дозволяють створити простір без тиску, де сторони можуть відверто обговорювати причини суперечностей.

В освітньому контексті медіація розглядається як педагогічна технологія розвитку культури діалогу. Вона допомагає формувати у студентів здатність розв'язувати проблеми без агресії, сприяє соціалізації та формуванню етичної свідомості [8].

Останніми роками в Україні активно розвиваються шкільні та університетські служби порозуміння [4]. Наприклад, у Національному університеті «Києво-Могилянська академія» створено «Центр медіації», який проводить тренінги для студентів і викладачів.

Дослідження Д. О'Коннора свідчить, що впровадження навчальних курсів із медіації підвищує рівень емоційної компетентності студентів на 25-30% [6]. Університети США, Канади та Польщі включають медіаційні практики до програм психологічної підтримки студентів [10].

Ми знаємо, що студентська група – це соціально-психологічна спільнота, де поєднуються різні цінності, мотиви та комунікативні стилі і конфлікт є невід'ємною частиною соціальної взаємодії. Він може виникати у студентських групах з різних причин: розбіжності у поглядах, конкуренція за лідерство, нерівномірне розподілення обов'язків, відмінності в мотивації та особистісних характеристиках.

Серед найбільш поширених видів конфліктів в середовищі студентської молоді є можна назвати такі:

- міжособистісні конфлікти, пов'язані з особистісними відмінностями;
- рольові конфлікти, спричинені нерівномірним розподілом обов'язків у групі;
- ціннісні конфлікти, що виникають через різні погляди на навчання чи спілкування.
- групові конфлікти, пов'язані з взаємодією підгруп або команд у межах навчальної групи

Традиційні методи вирішення конфліктів (адміністративні втручання, дисциплінарні заходи) часто не враховують психологічних особливостей учасників і не сприяють розвитку конструктивної взаємодії. Альтернативою є медіація, яка спрямована на створення безпечного середовища для діалогу та спільного пошуку рішення. Так, дослідження С. Шевченко, продемонструвало, що понад 65% студентів хоча б раз брали участь у конфліктній ситуації, і лише 20% змогли врегулювати її конструктивно. Це підтверджує актуальність впровадженні медіаційних програм у студентське середовище [5].

Медіація у таких випадках виконує три основні функції:

1. Діагностичну – допомагає визначити та усвідомити справжні причини конфлікту.
2. Комунікативну – сприяє відновленню діалогу між сторонами та пришвидшує процес взаєморозуміння й налагодження співпраці;
3. Розвивальну – формує у студентів навички конструктивного спілкування.

Ефективність медіації проявляється у покращенні психологічного клімату, підвищенні рівня довіри між студентами, зменшенні агресії та конфліктності у групі. Практика показує, що регулярне застосування медіаційних технологій формує у студентів навички конструктивного вирішення конфліктів та відповідальної взаємодії.

Для ефективною реалізації медіаційних програм у закладах фахової передвищої освіти доцільно:

- запровадити курси з основ медіації у навчальні плани;
- створити студентські «служби примирення»;
- проводити тренінги з розвитку емоційного інтелекту та активного слухання;
- формувати партнерську взаємодію між викладачами та студентами.

Сьогодні медіація, як спосіб вирішення конфліктних ситуацій у студентських групах, є ефективним інструментом формування культури діалогу, толерантності та взаємоповаги. Вона сприяє гармонізації міжособистісних стосунків, розвитку психологічної зрілості та саморефлексії студентів. Впровадження медіаційних практик у закладах фахової передвищої освіти України потребує системної підготовки медіаторів, підтримки адміністрації та створення нормативно-правових умов. Подальші дослідження мають бути спрямовані на розробку моделей медіаційної освіти та оцінку її впливу на психологічний клімат студентських колективів.

Медіація є також гарним прикладом імпліцитного навчання учасників навичок ведення переговорів. Студенти, що отримують у своє розпорядження такий інструмент взаємодії, мають змогу в майбутньому продовжувати покращувати рівень свого життя та бути суспільнокорисними, оскільки самі стають прикладом для менш обізнаних у певних питаннях громадян, маючи при цьому специфічний особистий досвід.

ЛІТЕРАТУРА

1. Закон України «Про медіацію». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1875-20#Text> (Дата звернення: 05.11.2025)
2. Коваленко Л. Медіація у вищій школі: соціально-психологічний аспект. Вісник психології, 2022. №4, 112–118.
3. Мартинок Н. Медіація як засіб вирішення міжособистісних конфліктів студентської молоді. Педагогічний дискурс, 2023. №36, С. 77–84.
4. Романенко В. Розвиток студентських служб порозуміння в Україні. Освіта і управління. 2023. №1, С. 45–53.
5. Шевченко С. Конфліктна взаємодія у студентських групах: причини та шляхи вирішення. Молодь і ринок, 2022. №9, С. 89–94.
6. O'Connor D. Developing Emotional Intelligence Through Mediation Training in Universities. Journal of Higher Education Studies, 2022. №14(2). PP. 56–63.
7. Friedman G. Conflict Resolution and Mediation Strategies in Higher Education. New York: Springer, 2021.
8. Johnson D. W., & Johnson R. T. Restorative Practices and Mediation in Educational Settings. Educational Psychology Review. 2020. №32(3), PP. 445–463.
9. Moore C. The Mediation Process: Practical Strategies for Resolving Conflict. Jossey-Bass, 2019
10. Pritchard M. University Conflict Management: Implementing Mediation Programs. Higher Education Policy, 2021. №34(1). PP. 120–135.

*Тетеріна Лілія
Науковий керівник – викл. Чопик Соломія*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

Війна є надзвичайним стресогенним чинником, який зумовлює значне психологічне травмування індивіда. Найвищий рівень стресового навантаження воєнні реалії чинять на військовослужбовців. Безпосередня участь у бойових діях класифікується як одна з найбільш інтенсивних та деструктивних травматичних подій, що можуть бути пережиті людиною. Проте, первинний стрес, індукований під час активної фази конфлікту, часто посилюється вторинним, або постконфліктним, стресом, який виникає в процесі реінтеграції військовослужбовця у мирне соціальне середовище. Повернення військовослужбовців до цивільного життя є багатограним і часто складним процесом, що вимагає глибокої психологічної перебудови та соціальної реінтеграції. Перехід від напруженого стресового військового середовища до цивільної реальності неминуче супроводжується значним психосоціальним стресом. Цей стрес може бути спричинений комплексом факторів: від труднощів у встановленні нових соціальних зв'язків та пошуку роботи до боротьби з наслідками бойових травм та розладу, пов'язаного із впливом стресових факторів. Нездатність ефективно подолати цей стрес може призвести до погіршення фізичного та психічного здоров'я ветеранів, а також до деструктивних проявів у