

УДК 378.016:[74+75]"364"
DOI: 10.31866/2617-7951.5.2.2022.266902

UDC 378.016:[74+75]"364"

**АДАПТАЦІЯ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ
«РИСУНОК І ЖИВОПИС»
ДО УМОВ
ВОЄННОГО СТАНУ**

Світлана Лопухова,
<https://orcid.org/0000-0002-1774-372X>
заслужений художник України,
доцент,
Київський національний університет
культури і мистецтв,
Київ, Україна
svitlopukhova@gmail.com

**ADAPTATION OF THE EDUCATIONAL
PROGRAM "DRAWING AND PAINTING"
UNDER THE MARTIAL LAW
CONDITIONS**

Svitlana Lopukhova,
<https://orcid.org/0000-0002-1774-372X>
Honored Artist of Ukraine,
Associate Professor,
Kyiv National University
of Culture and Arts,
Kyiv, Ukraine
svitlopukhova@gmail.com

Анотація

Мета статті полягає в обґрунтуванні та розкритті інновацій педагогічного підходу до викладання дисципліни «Рисунок і живопис», що стали швидкою реакцією на зміни соціальної реальності через вторгнення РФ в Україну. Для продовження навчального процесу автором статті була оновлена та адаптована до екстремальних умов воєнного часу навчальна програма згаданої дисципліни. В статті розглядаються причини оновленої методики викладання та результати інновацій. **Методи дослідження.** В роботі над статтею застосовано емпіричний метод і метод педагогічного експерименту, а також аналіз та синтез. Викладено результати оновленої методики навчання рисунку і живопису на основі аналізу соціальної реальності та узагальнення психологічних порад щодо поведінки та ментального здоров'я цивільного населення. **Наукова новизна** роботи полягає у фіксації досвіду реалізації програми дисципліни «Рисунок і живопис», адаптованої до умов воєнного стану. Розглянуто специфічні зв'язки психологічних і практичних проблем, які масштабно постали сьогодні перед викладачем і студентами. Встановлено ефективність нового структурування навчальної програми в умовах кардинального переведення занять в *online*-формат. **Висновки.** Продовження

Abstract

The purpose of the article is to substantiate and reveal the innovations of the pedagogical approach to teaching the course "Drawing and painting", which became a quick reaction to changes in social reality due to the invasion of the Russian Federation in Ukraine. To continue the educational process, the educational program was updated and adapted to the extreme conditions of wartime by the author of the article. The article examines the reasons for the updated teaching methodology and the results of innovations. **The research methodology.** The empirical method and the method of pedagogical experiment, as well as analysis and synthesis, are used in the process of working on the article. The results of the updated method of teaching drawing and painting based on the analysis of social reality and the generalization of psychological advice regarding the behavior and mental health of the civilian population are outlined. **The scientific novelty** of the study is to record the experience of implementing the program of the course "Drawing and Painting", adapted to the conditions of the martial law. The specific connections of psychological and practical problems, which are faced by teachers and students on a large scale today, are considered. The effectiveness of the new structuring of the educational program in the conditions of the fundamental transformation

освітнього процесу в періоди соціальних катаклізмів, навіть таких як війна, – обов'язок і науково-педагогічних працівників, і здобувачів вищої освіти. Проте стресова ситуація змушує шукати нові форми взаємодії викладача і студента. Відповідно, програму дисципліни «Рисунок і живопис» було скориговано – натурні академічні постановки замінено комплексом більш самостійних творчих завдань, які не потребують постійного контакту студента з викладачем в аудиторії. Мета оновленого *online*-курсу з рисунку і живопису – освоєння студентами різних засобів візуального викладу своїх ідей, вивчення всіх етапів роботи, від концепції твору – до вибору формату композиції та створення оригінального і виразного графічного образу. Оновлений курс дисципліни орієнтований на розвиток здатності виходити за межі стереотипних асоціацій і працювати з широким образним діапазоном. Проведений педагогічний експеримент дозволяє стверджувати, що індивідуалізований процес виконання творчих завдань в достатньо широких тематичних межах сприяє розвитку креативного аналітичного мислення, активізує творчі здібності студентів і формує інтелектуальний підхід до навчання, мотивації та професійних цінностей.

Ключові слова:

воєнний стан, *online*-формат, рисунок і живопис, творчість, методика викладання, творча особистість, художній образ.

of classes to the online format has been established. **Conclusions.** Continuation of the educational process during periods of social cataclysms, even such as war, is the duty of both scientific and pedagogical workers and students of higher education. However, the stressful situation forces us to look for new forms of interaction between the teacher and the student. Accordingly, the educational program "Drawing and painting" was adjusted – full-scale academic productions were replaced by a set of more independent creative tasks that do not require constant contact of the student with the teacher in the classroom. The aim of the updated online course is to master various means of visual presentation of student's ideas, to study all stages of work, from the concept of the work to the selection of the composition's format and the creation of an original and expressive graphic image. The updated course is focused on developing the ability to move beyond stereotypical associations and work with a wide range of images. The conducted pedagogical experiment allows us to assert that the individualized process of performing creative tasks within sufficiently broad thematic boundaries contributes to the development of creative analytical thinking, activates the creative abilities of students and forms an intellectual approach to learning, motivation and professional values.

Keywords:

martial law, online format, drawing and painting, creativity, teaching methodology, creative personality, artistic image.

Вступ **1**

Соціальна реальність в Україні зазнала істотних змін під впливом трагічних подій, пов'язаних з військовою агресією РФ після 24 лютого 2022 р. Сьогодні війна відбувається не лише на лінії фронту. На фронті триває війна фізична, але є ще й психологічна війна всередині нас, яка спричиняє руйнування нашого звичного і гармонійного світу.

Будь-яка травматична для психіки подія викликає стрес, і людина починає підлаштовуватися під нові умови, що є органічним для будь-кого. Головне у такому стані – навчитися спрямовувати свої емоції в потрібне русло і долати виклики сьогодення. Тому варто прислухатися до порад психологів і зрозуміти, що не всі можуть стояти на позиціях зі зброєю, але

важливо, щоби кожен робив свою роботу (Свеженцева, 2022). Це стосується і навчального процесу у закладі вищої освіти.

За інформацією Комітету Верховної Ради України з питань освіти, науки та інновацій станом на 21 травня 2022 р. в Україні внаслідок обстрілів та бомбардувань 172 заклади освіти повністю зруйновані, 1837 зазнали істотних пошкоджень (Освітній омбудсмен України, 2022). На окупованих ворогом українських територіях освітяни постійно перебувають у небезпеці, щодня виборюючи право на життя. Це не випадкові дії окупанта щодо України, а цілеспрямована державна політика Росії. У «декларації намірів» геноциду українського народу пропагується «перевиховання» населення, репресії, фізичне знищення непокірних, придушення проукраїнських державницьких позицій в культурі та освіті, впровадження жорсткої цензури, заборона навчальних матеріалів з українським змістом (Освітній омбудсмен України, 2022).

За таких умов як ніколи актуалізується процес надання якісного та надійного освітнього процесу як ознаки стабільності держави та дотримання нею курсу незалежності й автентичності. Об'єктивні і суб'єктивні причини воєнного часу змусили оновлювати систему викладання всіх дисциплін системи підготовки фахівців на кафедрі графічного дизайну Київського національного університету культури і мистецтв (КНУКіМ), зокрема й «Рисунок та живопис». Про зміщення цілей та коригування завдань йдеться у цій статті.

Мета дослідження 2

Стаття присвячена аналізу та узагальненню причин оновленої методики викладання дисципліни «Рисунок і живопис» в умовах воєнного часу, а також висвітленню результатів адаптації й оновлення комплексу завдань курсу в бік більшої креативності та самостійності студентів.

Методологія та аналіз джерельної бази 3

Теоретичне підґрунтя для написання статті склали важливі поради фахових військових та кризових психологів, опубліковані у вигляді власних статей у ЗМІ (Пекарюк, 2022), або у вигляді інтерв'ю з ними (Свеженцева, 2022; Гаврилова, 2022), поради освітнього омбудсмена України щодо ведення освітнього процесу в умовах війни (Освітній омбудсмен України, 2022), а також дослідження з психології творчості (Кривопишина, 2009). Проте основним джерелом представленого дослідження є емпіричні результати творчості студентів кафедри графічного дизайну КНУКіМ на лабораторних заняттях, а також під час самостійної роботи.

Результати дослідження 4

Один з найважливіших факторів, які повинен тримати під постійним контролем педагог, – це психологічний стан його студентів. Навчальна програма і комплекс завдань мистецького циклу

розраховані на спокійні стабільні зовнішні умови. Психологічна рівновага, гармонія внутрішнього світу та зовнішніх факторів студентів є запорукою успішного навчально-творчого процесу.

Активна фаза війни, в якій перебуває Україна вже понад півроку, спричиняє багато зрушень і у сприйнятті інформації з навколишнього простору, і у реакціях, і у поведінці, і у виборі цілей. Все, що відбувається під час війни, має вплив на людину та її ментальне здоров'я. Тому психологи радять активно ідентифікувати себе з тими аспектами Я, які відмінні від травматичного досвіду (Пекарюк, 2022). Наприклад, фізичний аспект – це сила, витривалість, гнучкість людини, адекватна поведінка у надзвичайних життєвих ситуаціях. Соціальному аспекту притаманні вміння встановлювати й підтримувати стосунки між людьми, надавати допомогу, здатність співчувати. Розумовий аспект – хист свідомо і творчо розв'язувати складні задачі, створювати щось прекрасне, навіть під час війни (Пекарюк, 2022).

З початку повномасштабної агресії росії велика кількість студентів КНУКіМ вимушено залишила Україну. Хоча студенти й викладачі не втрачають оптимізму, воєнний стан не дає можливості сконцентруватися повністю на навчанні. Важко відірватися від стрічки новин, відсторонитися від переживань і негативних думок. Дехто зі студентів знаходиться на окупованих територіях, у багатьох є серйозні технічні проблеми зі зв'язком і виходом в Internet, у деякого відсутні умови для роботи з натурою, немає можливості придбати необхідні матеріали. Крім того, студенти хотіли б отримувати знання не під звуки сирен. Коли в місті оголошують повітряну тривогу, вони змушені від'їждуватись від занять, бо безпекою не слід нехтувати. Часом повітряна тривога триває довго, і на заняття студент вже не встигає доєднатись. Ці фактори дуже вибивають з колії, крім того, матеріал доводиться потім опрацьовувати в інший час.

Стрес від активних бойових дій або вимушеного виїзду з домівки розвивається у декілька етапів. Перша стадія – це шок. За ним приходить збудження та ейфорія, а потім настає етап, коли людина втомлюється. Здається, що жахіття ніколи не закінчиться, і з'являється відчай та апатія. В такому стані людина не може ефективно працювати, діяти, адаптуватися до нових умов (Гаврилова, 2022). У студентів такі стани підсилюються ще й особливостями вікової психології, несформованою у повній мірі особистісною структурою, поведінковим максималізмом.

Важливо також розуміти, що людина не може весь час бути під тиском стрес-травматичних думок і переживань. Вона потребує методів виходу зі стресу (Пекарюк, 2022). І в цьому частково може допомогти педагог. Навчання є важливою формою психологічного контакту та підтримки всіх учасників освітнього процесу в складні періоди, зокрема у воєнний час. Навчаль-

ний процес для студентів – це ознака стабільності і мирного життя. Тому з 1 квітня 2022 р. КНУКіМ повністю відновив навчальний процес з максимальною наближеністю проведення занять до звичних студентам. Разом з тим, воєнний час диктує свої умови існування освітнього середовища. Тому інновації в у викладанні дисциплін кафедри графічного дизайну, в тому числі і «Рисунку та живопису» стали необхідними.

Корекції процесу викладання обґрунтовані, так би мовити, об'єктивними і суб'єктивними причинами, тобто можливостями проведення занять як таких і порадами щодо психологічної допомоги студентам з боку педагога.

Навчання в університеті нині, в період воєнного стану, можливе лише в режимі *online*. На заняттях з дисципліни «Рисунок і живопис» довелось відмовитись від академічної роботи з натурою в аудиторії. Беручи до уваги нові обставини, програму було доповнено комплексом більш аналітичних творчих завдань, які не потребують постійної «живої» участі викладача в процесі виконання. Студенти самостійно розв'язують творчі задачі й працюють над образом, а викладач консультує *online*, допомагаючи знайти оптимальне художнє рішення на задану тематику. Основна мета таких завдань – втілити задум автора в оригінальне візуальне рішення, зробити широкі узагальнення, не відриваючись від конкретної природи явищ, організувати й упорядкувати естетичну форму. Творча робота активізує та розкриває потенційно закладені здібності студентів, а ефективне розв'язання поставлених задач окреслює перспективи творчого розвитку кожної особистості. З огляду на всі обставини воєнного часу, навчальна програма з дисципліни «Рисунок і живопис» була відкоригована в бік більш самостійних творчих завдань, які не потребують роботи з натурними постановками.

Другим аспектом коригування навчального процесу є надання психологічної підтримки студентам. Зокрема, були враховані та адаптовані до навчального процесу кілька актуальних порад від фахових психологів, що надавалися всьому населенню України.

По-перше, в період воєнного стану необхідно надати нового змісту тому, що відбувається, допомогти уявити позитивне майбутнє і мріяти про численні можливості з погляду теперішнього досвіду. Найважливіше – вміти турбуватися про себе, допомагати тим, хто найбільше потребує підтримки, і вірити, що після темної ночі обов'язково прийде світанок (Пекарюк, 2022). По-друге, необхідно відпочивати, відновлювати здатність турбуватися про себе, аби далі мати можливість протистояти всім негараздам. Важливо відстежувати емоції, свої психологічні стани й розуміти, що відбувається (Гаврилова, 2022). По-третє, важливо зберігати свою індивідуальність, адже психологічна

війна – це атака на ідентичність кожного. Це передусім стосується цивільних. Не слід думати, що якісь справи, навіть, на перший погляд, незначні, неважливі для перемоги. Зараз немає неважливої роботи, немає неважливих людей. Кожен може додати щось по крихті (Костенкова, 2022). Іншими словами, треба дотримуватися звичних та необхідних для внутрішньої гармонії занять з усвідомленням того, що вони є складовою загальної стійкості українського народу у боротьбі з ворогом. По-четверте, не слід братися за все одночасно. Необхідно зрозуміти свої сильні сторони, чітко визначити свій сектор діяльності, свої задачі та робити це добре (Костенкова, 2022).

Такі настанови були покладені і в оновлену структуру завдань, і у комунікацію зі студентами під час занять.

Для надання нового змісту подіям, їхнього переосмислення, а також саморефлексії, відстежування власних емоцій та переведення їх з площини суб'єктивного в площину об'єктивного були введені творчі завдання відповідної тематики. Таким, зокрема, став «Воєнний натюрморт» (рис. 1 – 5). Кожен зі студентів намагався в образному рішенні втілити свої переживання, роздуми, надії. Сюжети нав'язані численними інформаційними повідомленнями, інтерв'ю, фоторепортажами з передової, що поширені у соціальних мережах.



Рис. 1-5. Творче завдання з дисципліни «Рисунок і живопис» на тему «Натюрморт війни».

Fig. 1-5. Creative task from the discipline "Drawing and painting" on the topic "Military still life".

Емоції, які переживають сьогодні молоді люди, знайшли відображення і в іншому завданні програми на тему «Вокзал» (рис. 6-10) Більшість робіт були створені за власним досвідом, адже студенти переїздили з Києва (міста навчання) до рідних міст, з окупованих територій до безпечних, або взагалі до інших країн. Це завдання стало візуальною розповіддю пережитого і побаченого, що сприяло вивільненню внутрішніх переживань та частковому послабленню загального стресу. Безумовно, юним авторам ще не вистачає професійного досвіду, майстерності, але їхні роботи відрізняються щирістю, безпосередністю сприйняття суворої реальності, яка їх налякала і вразила. Представлені студентські роботи можна сміливо віднести до жанру *Art* дизайну, особливістю якого є створення унікальних творів образно-пластичної, художньої форми. Цей напрямок дизайну наближений до сучасного мистецтва. Метафоричність, асоціативність, парадоксальність є його характерними рисами. Дані студентські роботи не мають утилітарного призначення, але демонструють експериментальні художні шукання авторів.

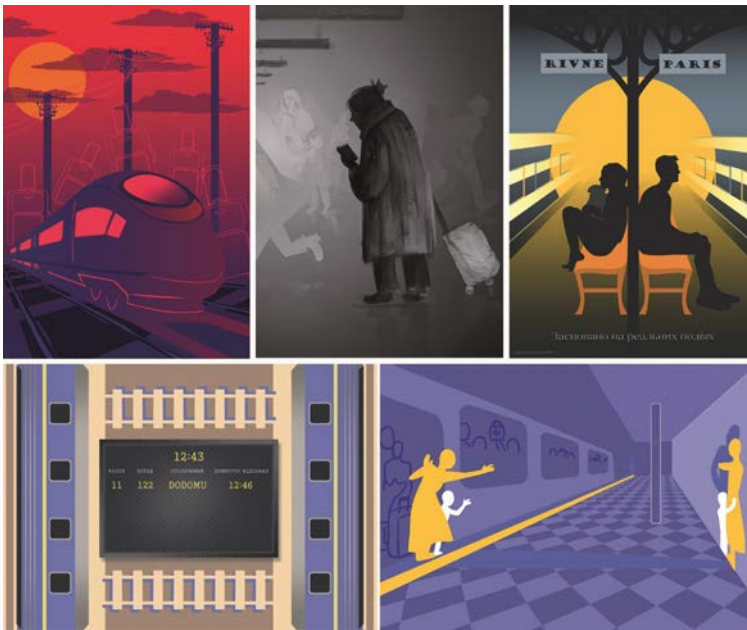


Рис. 6-10. Завдання з дисципліни «Рисунок і живопис» на тему «Вокзал».

Fig. 6-10. Creative task from the discipline "Drawing and Painting" on the topic "Railway station".

Загалом всі завдання сформульовані для швидкого виконання – в межах 4х академічних годин, на відміну від більш тривалих завдань довоєнного періоду, коли над ними можна було

працювати 8-10 академічних годин. Такий графік надає постійного ритму у творчій роботі, вводить студентів у регулярність та відповідає потребі виконувати звичні справи для збереження власної ідентичності. При цьому студентам надана можливість самостійно виконувати завдання в зручний для них час і представляти роботи на оцінку *online* без обмежувальних термінів.

У плані комунікації на парах педагогу як ніколи важливо проявляти емпатію та персоналізовану увагу до кожного. Студенти, які прийшли в університет, дуже різні не лише за рівнем професійної підготовки, а й за ступенем обдарованості, швидкістю реакції, темпераментом. І кожен з них потребує індивідуального підходу, іноді поради та практичної допомоги. В умовах війни не всі студенти здатні самостійно налаштувати себе на навчання. Навіть організованим і сильним особистостям потрібен час для перебудови на новий режим роботи, потрібна жорстка самодисципліна та самовладання. Звісно, не вистачає й «живого» спілкування з викладачем, яке існує при роботі над постановками в аудиторії. Але усвідомлення необхідності пристосуватися до сучасних реалій поступово допомагає втягнутися у навчальний процес. Навчання – це вихід, який рятує від емоційного тиску і бездіяльності та допомагає вийти з психологічної кризи всім учасникам освітнього процесу. Попри екстремальні умови воєнного часу, робота в КНУКіМ продовжується, відбувається вдосконалення набутих студентами знань і навичок, накопичується творчий потенціал.

Основні задачі практичних занять за відкоригованою програмою дисципліни «Рисунок і живопис»: розвивати в студентах аналітичне нестереотипне мислення й фантазію, прищеплювати почуття стилю, виховувати художній смак, підвищувати професійну компетенцію та майстерність. Майбутні графічні дизайнери розширюють свої уявлення про об'єм і простір, залучаються до графічного перетворення, стилізації та символізації форми предметів. Метод стилізації охоплює такі важливі аспекти як узагальнення, асоціативність, абстрагування. Внаслідок ряду стилістичних перетворень окремі елементи композиції набувають нової якості та являють собою цілісну візуальну інформацію – співвідношення простоти й пластичної виразності, підпорядкованість і врівноваженість елементів. При виконанні завдань такого напрямку студенти набувають умінь: бачити головне, істотне, характерне, відмовляючись від незначних деталей; передавати суть задуму та головні особливості композиції – статичний або динамічний характер образного рішення, ритм, масштабні співвідношення; використовувати різні засоби художньої виразності – контраст (кольоровий і тональний), фактуру, текстуру.

Основним критерієм оцінювання студентської роботи є унікальність створеного художнього образу, оскільки графічний дизайнер фахово працює саме з образом. Цього вимагає виробнича необхідність. Образ у дизайні – це уявлення, що постає у свідомості людини в процесі формування дизайнерського задуму та його подальшого практичного втілення. Народжується образ із матеріалу реальної дійсності, переробленого творчою фантазією художника. Звичайно, далеко не байдуже, хто є творцем – талановита людина, чи бездарна, – особистість автора завжди відображується в художньому образі. Навіть на основі одного життєвого матеріалу, розкриваючи одну тему й беручи за основу спільні ідеї, різні творці створюють різні твори. Іншими словами, образне художнє мислення поєднує узагальненість і конкретність з особистісною формою. Матеріал чуттєвого пізнання переосмислюється відповідно до світогляду художника і певного задуму.

При поясненні завдання викладач уточнює, що художній образ – це типізація, яка розкриває суть явища в конкретно-чуттєвій формі і має риси уявлення, але уявлення особливого роду – збагаченого розумовою діяльністю. Під час створення конкретного образу раціональне і розумне в людині дозволяє усвідомити, проаналізувати чуттєве та емоційне, зрозуміти естетичне, і згодом це проявляється в роботі художнього мислення і творчої уяви. Студентам доноситься, що образ як сплав емоційного і раціонального у пізнанні та відтворенні об'єктивної реальності покликаний впливати на почуття та уми людей.

Процес творення студентами художнього образу не зводиться тільки до роботи уяви та спостережливості. В цілому, він дуже складний і включає безліч психічних процесів, таких як робота пам'яті, чуттєве й логічне сприйняття навколишнього світу, асоціативність і багато інших. Художній образ не є тотожним дійсності, це – творчий продукт з рисами умовності. Матеріал, обраний для відображення, обумовлює мислення учня. Майбутній дизайнер мусить вміти «думати» на папері та реалізувати свої ідеї у заданому форматі, спираючись на весь колишній практичний досвід і використовуючи основні дизайнерські властивості – креативне мислення, цілеспрямованість, почуття стилю, естетичний смак, терпіння. Результат дизайнерської діяльності повинен відповідати головному критерію – унікальності одиничного образу, в якому відтворюються особливості мислення та чуттєвого сприйняття його творця, поєднується раціональне та емоційне, об'єктивне і суб'єктивне. Людині властива здатність емоційно реагувати на візуальну цілісність образу, тому важливим є уявлення про призначення, сенс, якість та оригінальність витвору дизайнерського мистецтва.

**Наукова
новизна та
практична
значимість
дослідження**

5

Наукова новизна роботи полягає у фіксації досвіду нового структурування навчальної програми дисципліни «Рисунок і живопис» в екстремальних умовах воєнного стану. Досліджено специфічні зв'язки психологічних і практичних проблем, які постали перед викладачем і студентами під час війни, також визначено шляхи їх вирішення. Висвітлена основна задача дисципліни при повному переведенні занять в *online*-формат – розвивати в студентів самостійне аналітичне креативне мислення, зробивши процес навчання в дистанційному форматі більш інтелектуальним, творчим та ефективним.

Практична вагомність нашого дослідження полягає в доцільності оновлення програми курсу в бік творчого розвитку студентів, а саме – освоєння ними оригінальних способів візуального викладу своїх ідей, вивчення всіх етапів роботи, від концепції твору і побудови композиції – до створення художнього образу.

Висновки

6

Система освіти в Україні переживає серйозні виклики, проте зберігає свою дієздатність. Жорсткі умови воєнного стану, зруйновані або повністю знищені навчальні заклади в українських містах, загибель тисяч безвинних співвітчизників – все це змінило свідомість викладачів, студентів та їхніх батьків. Наслідками одержаного травматичного досвіду можуть бути порушення пам'яті, концентрації уваги, логічності й швидкості мислення, недостатньо критичне сприйняття ситуації та своїх дій.

Аналізуючи сьогоденний психологічний стан учасників навчального процесу, доходимо висновку, що в екстремальних умовах війни навіть віртуальне спілкування дає розуміння того, що в житті залишилося місце чомусь звичному.

Важливо відзначити, що викладання практико-орієнтованих образотворчих творчих дисциплін довелось перевести в режим *online* за розкладом, складеним на період дії воєнного стану. З огляду на це, з програми дисципліни «Рисунок і живопис» були вилучені окремі, важливі для спеціальності графічного дизайнера, блоки практичних академічних завдань, пов'язаних з «живим» спілкуванням студентів і викладача в аудиторії. Натомість, внесено комплекс завдань, що, окрім навчальної функції, відіграють ще й психологічну компенсаційно-заспокійливу роль.

Результати навчання доводять раціональність відкоригованої програми дисципліни «Рисунок і живопис». На підставі проведеного нами дослідження доходимо висновків: виконання самостійних креативних завдань розвиває в студентів потенційно закладені творчі здібності, активізує аналітичне мислення, виховує художній смак, розкриває здатність знайти поезію у повсякденності.

Отже, продовження навчання в умовах дії воєнного стану – обов'язок як викладачів, так і студентів. Всі студенти нині здобувають освіту задля відбудови й покращення життя нашої країни після перемоги. Знання – теж зброя та сила України.

Список бібліографічних посилань

- Гаврилова, Л. (2022, 5 березня). *Психологія воєнного часу: що робити з війною всередині нас*. Укрінформ. <https://cutt.ly/JVhHEnc>
- Костенкова, С. (2022, 10 березня). *Психологічний фронт: про почуття провини в умовах війни розповіла Оксана Матласевич*. Національний університет «Острозька академія». <https://www.oa.edu.ua/ua/info/news/2022/10-03-01>
- Кривопишина, О. А. (Уклад.). (2009). *Психологія творчості*. Видавництво СумДУ.
- Освітній омбудсмен України. (2022, 26 травня). *Освітній геноцид – складова російського геноциду українського народу*. <https://cutt.ly/jVhKckX>
- Пекарюк, Р. (2022, 31 травня). *Самодопомога під час війни: як не зійти з розуму*. Українська правда. <https://life.pravda.com.ua/columns/2022/05/31/248869/>
- Свеженцева, І. (2022, 23 квітня). «Далі буде краще», – військовий психолог про підтримку психологічного стану під час війни. Суспільне. <https://cutt.ly/TVkC205>

References

- Havrylova, L. (2022, March 5). *Psykhologhiia voiennoho chasu: shcho robyty z viinoiu vseredyni nas* [The Psychology of Wartime: What to do with the War within Us]. Ukrinform. <https://cutt.ly/JVhHEnc> [in Ukrainian].
- Kostenkova, S. (2022, March 10). *Psykhologhichniy front: pro pochuttia provyny v umovakh viiny rozpovila Oksana Matlasevych* [Psychological Front: Oksana Matlasevich Spoke about Feelings of Guilt in War Conditions]. The National University of Ostroh Academy. <https://www.oa.edu.ua/ua/info/news/2022/10-03-01> [in Ukrainian].
- Kryvopyshyna, O. A. (Comp.). (2009). *Psykhologhiia tvorchosti* [Psychology of Creativity]. Sumy State University Publishing House [in Ukrainian].
- Osvitnii ombudsmen Ukrainy. (2022, May 26). *Osvitnii henotsyd – skladova rosiiskoho henotsydu ukrainskoho narodu* [Educational Genocide is a Component of the Russian Genocide of the Ukrainian People]. <https://cutt.ly/jVhKckX> [in Ukrainian].
- Pekariuk, R. (2022, May 31). *Samodopomoha pid chas viiny: yak ne ziity z rozumu* [Self-Help During Wartime: How not to go Crazy]. Ukrainska pravda. <https://life.pravda.com.ua/columns/2022/05/31/248869/> [in Ukrainian].
- Sviezhentseva, I. (2022, April 23). *"Dali bude krashche", – viiskovyi psykholog pro pidtrymku psykhologichnoho stanu pid chas viiny* ["It will be Better in the Future", – a Military Psychologist on Maintaining the Psychological State During the War]. Suspilne. <https://cutt.ly/TVkC205> [in Ukrainian].