

### **НАПРЯМ 3. ПРОБЛЕМИ ВІЙНИ І МИРУ: ІСТОРИЧНЕ МИНУЛЕ ТА СУЧАСНІ ВИКЛИКИ**

**Алексеева Валерія Олександрівна,**

*здобувачка освіти ІІ класу комунального закладу  
загальної середньої освіти «Лицей №1 імені Володимира Красицького  
Хмельницької міської ради», м. Хмельницький*

**Ганаба Світлана Олександрівна,**

*доктор філософських наук, професор, професор кафедри психології,  
педагогіки та соціально-економічних дисциплін Національної академії  
Державної прикордонної служби України імені Богдана  
Хмельницького, м. Хмельницький*

### **СТОЇЦИЗМ У ВОЄННИХ УМОВАХ: ЗНАЧЕННЯ ФІЛОСОФІЇ МАРКА АВРЕЛІЯ**

В умовах війни українське суспільство переживає низку екзистенційних викликів, постійний стрес та відчуття невизначеності, що актуалізує питання збереження внутрішньої стійкості та пошуку моральних ресурсів.

Філософія стоїцизму, а особливо вчення Марка Аврелія, пропонує практичний шлях до внутрішнього спокою та самоконтролю навіть у найскладніших обставинах.

Його твір «Наодинці із собою» – це зразок філософської автобіографії, де особистий досвід мислителя, імператора та воїна поєднується з глибокими стоїчними роздумами про сенс людського життя, моральну стійкість та призначення людини у світі.

Зауважимо, що більша частина твору була написана Марком Аврелієм під час військових походів. Зокрема в м. Сирмій, де імператор планував військові кампанії у період з 170р. по 180р. Частина книги також була написана під час Паннонійської кампанії 180-х рр., деякі міркування та зауваги були додані під час перебування у військовому поході у м. Карнунті [1]. Ці факти свідчать про те, що, перебуваючи у воєнний походах, він переймається проблемами особистої відповідальності за долю суспільства, нагадує собі про

необхідність не піддаватися ненависті та гніву, міркує над проблемами честі та гідності, обов'язкуощо. Тобто у складних військових умовах Марк Аврелій намагається утримувати душевну рівновагу та зберігати життєву мудрість.

Філософ стверджує, що в житті людини найважливішою битвою є битва з собою. Йдеться про боротьбу людини з власними пристрастями, перемога у якій досягається завдяки розуму, дисципліні та усвідомленню свого місця у світі. Його міркування спрямовані не на втечу від світу, а на внутрішню свободу у світі, сповненому страждань та хаосу. Людина не може контролювати зовнішні події, але вона здатна контролювати власне ставлення до них.

Зокрема практика негативної візуалізації полягає у попередньому програванні поганих сценаріїв, готуючись до гіршого. Що в результаті допомагає мозку сприймати подію без остраху та зайвого руйнівного впливу на нервову систему.

Зрештою, практика перспективи, ідеєю якої є масштабування – уявлення себе на віддаленій точці для розумінні обсягів світу, що допомагає людині подолати зацикленість на власних негараздах.

Стоїцизм вчить, що зазвичай ми страждаємо від власних очікувань, а не від їхнього втілення. Проте кінцевий вибір завжди за нами, адже подія є нейтральною, і лише наша воля вирішує, чи перетвориться вона на страждання. Розвиток «внутрішньої цитаделі» дозволяє людині стати невразливою до зовнішніх чинників через усвідомлення, що внутрішній світ і моральний вибір є єдиним справжнім благом.

Марк Аврелій також практикував раціональне саморефлексування. Для українців це може означати свідоме ставлення до свого стану – відновлення після стресу, підтримка психологічного здоров'я. Українські військові, цивільні та волонтери також працюють в умовах високої невизначеності – зміни фронту, невідомість долі, логістичні виклики тощо.

Українці, які захищають свою землю, стоять перед питанням не лише виживання, а збереження гідності, гуманності, віри в справедливість своїх дій [2]. У складні часи важливо залишатися людьми, підтримувати інших, не втрачаючи моральних орієнтирів.

Показовим прикладом сучасного стоїцизму є український військовий з позивним «Стоїк», який служить у роті ударних

безпілотників «Чорний рій» першої бригади Тероборони. Його псевдонім є символом внутрішньої стійкості та самоконтролю, а його образ перегукується з ідеями Марка Аврелія про силу духу та витримку перед обличчям труднощів.

Досвід Марка Аврелія і досвід українців у війні демонструють подібні виклики: кризу, втрати, невизначеність, необхідність солідарності, внутрішню дисципліну та обов'язок перед собою й суспільством. Вони не пропонують буквально наслідування дій стародавнього правителя, а слугують парадигмою психологічної витривалості, відповідальності та солідарності, що сьогодні особливо актуально для українців.

### **Література**

1. Массімо П., Лопес Г. Нові стоїки. 52 уроки для наповненого життя / пер. з англ. Д. Кушнір, Н. Яцюк. Київ: Лабораторія, 2022. 336с.

2. Бистрицький Є. Війна, політика і онтологія культури. *Круглий стіл часопису "Філософська думка"*. Філософська думка. 2023. №3. С.5-6; 11-24; 46-48.

**Левдер Андрій Іванович,**

*кандидат педагогічних наук, доцент,*

*доцент кафедри історії, теорії держави і права та філософії ПВНЗ*

*«Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка*

*Степана Дем'янчука», м. Рівне*

### **НАОЧНЕ НАВЧАННЯ ЯК ЗАСІБ АКТИВІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ТА НАЦІОНАЛЬНО- ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Наочним називається таке навчання, при якому уявлення та поняття формуються в учнів на основі безпосереднього сприйняття досліджуваних явищ або за допомогою їх зображень. Починаючи з ранньої стадії свідомості і до вищої, поняття і абстрактні положення