

- М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Випуск 66. 2019. С. 107–111.
4. Мосійчук В. В. Нормативна криза фахової готовності: психологічні особливості переживання [Електронний ресурс] / Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2014. Режим доступу до ресурсу: <http://journals.urau.ua/index.php/2227-6246/article/view/158931/158179>
 5. Столярчук О. А. Роль особистісного потенціалу в переживанні студентами криз професійного навчання [Електронний ресурс] / Збірник статей VI Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Актуальні проблеми практичної психології». 2020. Режим доступу до ресурсу: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/1174/1/O_Stolyarchuk_ROT2_IPS.pdf
 6. Столярчук О. А. Формування конструктивної стратегії переживання кризи фахової готовності майбутніми учителями [Електронний ресурс] / Збірник наук. праць. Педагогічний інститут Київського університету імені Бориса Грінченка, Інститут психології і соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка. 2011. Режим доступу до ресурсу: <https://www.psych.kiev.ua/>
 7. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції / Активне соціально-психологічне навчання: Навчальний посібник. К. : Вища школа, 2004. 679 с.

УДК 316.614+159

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Демчук О. А.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

olyatx77@gmail.com

Протягом останніх десятиріч значно виріс інтерес психологічної науки до вивчення як зовнішніх, так і внутрішніх факторів, що впливають на систему здоров'я людини. До зовнішніх факторів впливу належать за ступенем стресогенності середовища війни і катастрофи, несприятливі соціальні умови, трагічні зміни в особистому житті людини та ін. Значно менше досліджені внутрішні фактори психологічного благополуччя особистості, що дають їй змогу ефективно протистояти негативним впливам середовища і успішно долати життєві труднощі.

Вивчення закономірностей формування внутрішніх факторів збереження психологічного благополуччя особистості є одним із найперспективніших напрямків наукових досліджень з точки зору

психологічної практики. Це пояснюється тим, що розвиток внутрішнього «психологічного імунітету» до стресогенних впливів середовища дає людині змогу досягти продуктивного і здорового життя в наявному соціальному світі, незважаючи на його недосконалість.

Мета – теоретично визначити психологічні особливості благополуччя студентської молоді.

Для розв'язання поставлених завдань та досягнення мети нами використовувалися загальнонаукові методи теоретичного рівня (аналіз, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення науково-теоретичних та емпіричних даних).

В результаті емпіричного дослідження встановлено, що психологічне благополуччя – це інтегральний психічний феномен, що відображає суб'єктивну реальність індивіда і характеризує успішне функціонування даного індивіда в соціальному середовищі, яке супроводжується позитивним емоційним тоном, функціональним станом організму і задоволеністю життя.

З'ясовано, що у структурі психологічного благополуччя виділяють три головних компоненти – емоційний, когнітивний та поведінковий. Емоційний компонент психологічного благополуччя відображає позитивне чи негативне відношення особистості, що виникає при реалізації цілей. Когнітивний компонент психологічного благополуччя являє собою оцінку індивідом власного життя та задоволеність життям в цілому. Поведінковий компонент психологічного благополуччя складається з ресурсів, що забезпечують позитивне функціонування особистості та її самореалізації [1].

Визначено, що в юнацькому віці закінчується біологічне дозрівання організму, тілесна конституція набуває індивідуального характеру. Провідною діяльністю в цьому віці є професійне навчання. Значна частина юнаків є студентами вищих навчальних закладів. Навчання у вищому навчальному закладі сприяє професійному становленню юнаків. У цей час відбувається активне формування індивідуального стилю діяльності. Юнацький вік є сенситивним для формування життєвих цінностей, світогляду, релігійних поглядів людини. Це етап досягнення «пікових» можливостей у різних сферах життя особистості. Відбувається активне формування самосвідомості, світогляду та індивідуальності особистості. Це період досягнення особистісної зрілості людиною. У студентській молоді виявляється потреба в максимально повному розвитку своєї особистості в ході навчання у вищому навчальному закладі. Все це є основою для розвитку самоактуалізаційних прагнень в юнацькому віці [2].

Показано, що період навчання у вузі – це сприятливий час для розвитку психологічного благополуччя студентів. Цьому сприяють такі умови та чинники: осмисленість у виборі спеціальності, активне самопізнання та саморозвиток студента, особистісна рефлексія,

адекватна «Я-концепція» особистості, задатки та здібності до обраної професії, орієнтація на здобуття знань, професійне захоплення улюбленою справою, орієнтація на завдання, на справу, самостійність у прийнятті рішень та відповідальність за свої вчинки, висока активність суб'єкта навіть в недостатньо сприятливих обставинах, системність в здійсненні самостійної учбової діяльності, сприймання учбової діяльності як справжньої цінності, як потреби особистості, позитивний емоційний стан, як результат задоволеності від успіхів у навчанні, схвалення (прийняття) себе і інших, реалізація «суб'єкт-суб'єктної» взаємодії студента та викладача [8].

Критеріями психологічного благополуччя молоді можна вважати адекватний до віку рівень зрілості пізнавальної, емоційно-почуттєвої та вольової сфер, здатність керувати своєю поведінкою, обирати життєві шляхи та планувати їхнє досягнення; здатність адаптуватися у соціальних відносинах; уміння отримувати задоволення від діяльності, особистого й суспільного життя; відповідність суб'єктивних образів об'єктам, що їх відображають, а характеру реакції – зовнішнім подразникам, відчуття щастя тощо.

Ознаками психологічного благополуччя студентської молоді є їхня активність, життєрадісність, спостережливість, адаптованість до умов навчальної діяльності у вищому навчальному закладі, низька тривожність, емоційна стабільність, здатність сприймати та аналізувати інформацію.

Для діагностики психологічних особливостей благополуччя студентської молоді пропонуються методики типу опитувальники, які являють собою реалізацію суб'єктивного підходу до дослідження особистості з вербальним (мовним) поданням тестового матеріалу та складаються із набору питань чи тверджень, що не мають правильної відповіді, а характеризуються лише їх частотою і спрямованістю: «Експрес-діагностика рівня психоемоційної напруги та її джерел» (за О. С. Копіною, О. О. Суисловою, Є. В. Заїкіним), «Шкала суб'єктивного благополуччя» (за Perrudet-Badoux, Mendelsohn и Chiche, адаптація М. В. Соколової), «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація Т. Д. Шевеленкової та П. П. Фесенко), тест самоактуалізації (САТ) (за Ю. Є. Альшиною, Л. Я. Гозманом, М. В. Загиною та М. В. Кроз) [5; 7; 9].

Методика «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація Т. Д. Шевеленкової та П. П. Фесенко) призначена для вимірювання емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя студентів. За допомогою методики «Експрес-діагностика рівня психоемоційної напруги та її джерел» (за О. С. Копіною, О. О. Суисловою, Є. В. Заїкіним) можна визначити особливості психоемоційної напруги студентів. Методика «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація Т. Д. Шевеленкової та

П. П. Фесенко) дає можливість дослідити рівень психологічного благополуччя студенської молоді. Тест самоактуалізації (САТ) (за Ю. Є. Альшиною, Л. Я. Гозманом, М. В. Загиною та М. В. Кроз) вимірює самоактуалізацію як багатовимірну величину та дає можливість дослідити загальний рівень вираженості самоактуалізаційних прагнень студентів.

Обрані методики відповідають вимогам стандартизації, валідності, надійності та співвідносяться з метою та завданнями дослідження.

Отже, психологічне благополуччя студентів підлягає розвивальному впливу на основі актуалізації й розвитку системної взаємодії його психологічних механізмів у процесі навчання у ВНЗ. При цьому позитивні зрушення відбуваються за всіма компонентами психологічного благополуччя студентів. Це виражається, зокрема, в більш високому рівні здатності студентів старших курсів задовольняти власні дефіцитарні потреби, психологічного комфорту, задоволеності ситуацією та своєю роллю в ній.

Література:

1. Александров Ю. М. Саморегуляція як чинник психологічного благополуччя студентської молоді: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 9.00.01. Харків, 2010. 22 с.
2. Арыдин В. М. Учебная деятельность студентов / В. М. Арыдин. – Донецк: ЕАИ-пресс, 2000. – 80 с.
3. Бондаренко О.Ф. Психологічні особливості студентської молоді та проблеми професійної підготовки психологів-практиків [Текст] / О. Ф. Бондаренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – №4. – С.8–11.
4. Духневич В. М. Психологічне благополуччя професіонала як умова його ефективної діяльності (на прикладі професії психолога): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія. Історія психології» / В. М. Духневич. – Київ, 2002. – 20 с.
5. Копина О. С., Сулова Е. А., Заикин Е. В. Экспресс-диагностика уровня психоэмоционального напряжения и его источников // Вопросы психологии, 1995. – № 3. – С.119–132.
6. Мельничук М. М. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій юнаків із різним рівнем саморегуляції / М. М. Мельничук // Молодий вчений. Науковий журнал. №12 (88) грудень 2020. – С. 67–75.
7. Тест самоактуализации (САТ) Э. Шостром, адаптация Ю. Е. Алешиной, Л. Я. Гозман, М. В. Загика и М. В. Кроз Цит. [Електронний ресурс] Доступний з <http://brunner.kgu.edu.ua/index.php/cv/330-sat>
8. Харченко А. С. Особливості психологічного благополуччя студентів із різним типом спрямованості / А. С. Харченко // Психологія і особистість. – 2017. – № 2(12) – С. 186–194.
9. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика, 2005. – №3. – С. 95–130.