

6. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник / М. С. Корольчук, В. М. Кроайнюк. – К.: Ніка-Центр, 2006. – 580 с.
7. Макаренко Н. Г. Акцентуації характеру і темпераменту та їх урахування у виховній роботі у Збройних Силах України / Н. Г. Макаренко // Вісник Київського університету. – Сер. «Військово-спеціальні науки». – Київ. – 2000. – Вип. 2. – С. 38–42.
8. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. – 2001. – №1. – С. 16–24.

**УДК 159.923.2**

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ  
СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ПСИХОЛОГІЯ»  
І ТА ІV КУРСІВ ДО ЗДОРОВ'Я**

**Шевченко А. В.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
anyavika2005@gmail.com*

У сучасному суспільстві визначився запит на формування нової генерації людей, здатних тривало зберігати якість всіх функцій життєдіяльності відповідно до умов гнучко реагувати на зміну різних параметрів життєдіяльності, зберігати при цьому високу стресостійкість до зовнішніх і внутрішніх впливів. Тому все більше затребуваний тип особистості – особистості когерентної, стійкої, ідентичної самій собі, що має образ себе у всьому багатстві відносин з навколишнім світом, активну творчу життєву позицію і прагнення до вдосконалення. Такою може бути тільки здорова особистість, яка здатна до активної саморегуляції поведінки, формування гнучких толерантних індивідуальних програм здорового способу життя, продуктивної і творчої суспільної діяльності.

Проблема ставлення людини до здоров'я розглядалася у працях В. О. Ананьєва, Р. А. Березовської, О. С. Васильєвої, Н. Є. Водопянової, Г. В. Ложкіна, Г. С. Нікіфорова, В. А. Родіонова, Ф. Р. Філатова та ін. Сучасні науковці, що присвячують дослідницьку увагу даній сфері (Н. І. Волошко, З. Г. Кісарчук, О. М. Кокун, С. Д. Максименко, Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна, Т. А. Нестеренко [1], В. М. Піскун), займаються дослідженням питань з покращення психічного здоров'я людини, психології здорового способу життя особистості, вивченню специфіки ставлення різни вікових категорій учасників навчального процесу до свого здоров'я (А. С. Харченко [4]), оптимальній організації освітнього простору як чинника здоров'язбереження і нормального функціонування особистості (К. В. Седих [2]). Разом із тим, адекватне та

повною мірою сформоване ставлення до здоров'я у студентів спеціальності «Психологія» дає їм можливість успішно сформуванати широкий спектр професійно важливих якостей та характеристик, зокрема, спроможність до самоорганізації, реалізації власного потенціалу, розвитку метакогнітивної компетентності (К. В. Седих, В. А. Лавріненко[3], різнопланового формування й реалізації гуманістичної спрямованості в системі професійної діяльності (Н. О. Гончарова, А. С. Харченко [5]).

Проте, постійно зростаюча атмосфера стресу в сучасному суспільстві, зміни в навчальному процесі та підвищення вимог до психологічного здоров'я сучасного фахівця вимагають постійного пошуку чинників порушення психологічного здоров'я студентів, шляхів його підтримки та оптимізації, особливо в динаміці професійного розвитку, що і зумовило вибір теми дослідження – «Психологічні особливості ставлення студентів спеціальності «Психологія» I та IV курсів до здоров'я».

Тож, метою даного дослідження виступає опис результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей ставлення до здоров'я студентів спеціальності «Психологія» I та IV курсів.

Гіпотезою дослідження виступало припущення про те, що ставлення до здоров'я студентів спеціальності «Психологія» різних курсів відрізняється. Студенти I курсу менше цікавляться питаннями здоров'я та не мають до нього вираженого емоційного і ціннісного ставлення при переважанні копінг-стратегії «втечі-уникнення» в стресових ситуаціях. Натомість, студентам IV курсу властиве більше орієнтування в інформації про здоров'я, що втілюється у їх поведінці і відображає емоційну зацікавленість станом свого здоров'я і надання йому цінності, при переважанні копінг-стратегій «планування розв'язування проблеми» та «пошук соціальної підтримки».

Для діагностики особливостей ставлення до здоров'я студентів спеціальності «Психологія» різних курсів навчання можуть бути використані методики: методика самооцінки фізичного, психічного і соціального здоров'я (за Степановим С. С.), «Ставлення до здоров'я» (за Р.А. Березовською) та «Методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. С. Бубнова), Методика «Копінг-тест» (за Р. Лазарусом і С. Фолкманом, адаптація Т. Л. Крюкової, О. В. Куфтяк, М. С. Замишляєвої). Дослідження проведене на вибірці, до якої увійшли 60 студентів I та 4 курсу психолого-педагогічного факультету спеціальності «Психологія».

За результатами проведеного дослідження визначено, що сформульована нами гіпотеза доведена. Ставлення до здоров'я студентів спеціальності «Психологія» першого та четвертого курсу дійсно відрізняється.

Більшість (75%) першокурсників характеризується низьким рівнем врівноваженості як показника психічного благополуччя. Вони постійно

знаходяться під впливом негативних емоцій, роздратовані, через що не можуть зосередитись на діяльності, що виконують. Натомість для студентів четвертого курсу властивий більш високий рівень емоційного благополуччя (35%). Вони характеризуються гармонійними емоційними переживаннями, спокійні, врівноважені, характеризуються внутрішньою гармонією.

Також, першокурсникам властиве переважання низького рівня соціального здоров'я (80%). Вони схильні до конфліктів та протистоянь, не спроможні успішно взаємодіяти з оточуючими людьми. Натомість, студенти четвертого курсу більше схильні до високого рівня соціального здоров'я (32%). Вони гармонійні у стосунках з оточуючими, спроможні приймати їх як особистість.

Встановлено, що студенти стають більш обізнаними у питаннях здоров'я та здорового способу життя, збагачують знання основних чинників ризику і анти ризику (55%). Студентам четвертого курсу властиве більше розуміння ролі здоров'я в забезпеченні активного і тривалого життя. При цьому, протягом навчання у виші студенти не лише збагачують знання про здоров'я та здоровий спосіб життя, але і намагаються їх реалізувати у житті і повсякденній діяльності (40%). Ступінь відповідності дій старших досліджуваних постулатам здорового способу життя більший, ніж у молодших. Вони більше переймаються проблемами здоров'я, тривожаться через властивий їм рівень фізичного і психічного благополуччя, надають більшій ваги своєму здоров'ю, що виступає для них як цінність. Натомість, першокурсники до свого здоров'я ставляться індіферентно, не сприймають його як цінність (88%).

У студентів-психологів першого курсу спостерігається переважання копінг-стратегій «втеча-уникнення» (70%) та позитивної переоцінки (60%). Тобто в травмуючих ситуаціях студенти-першокурсники, частіше за все, або демонструють патерн уникнення проблеми, не намагаються її вирішити, або ж намагаються переконати себе в тому, що нічого страшного не відбулося, переоцінюють ситуацію в позитивному руслі.

Натомість, студентам четвертого курсу властиві більше виражені тенденції до самоконтролю (60%), пошуку соціальної підтримки (85%), прийняття відповідальності (65%), планування розв'язання проблем (60%). Також, їм властива виражена тенденція до позитивної переоцінки травмуючої ситуації (60%).

Якісний аналіз результатів дослідження показав наявність тенденції до підвищення кількості майбутніх психологів, які використовують копінг-стратегії, направлені на проблемний аналіз виникаючих фруструючих ситуацій, розуміння їх причин та прогнозування можливих наслідків, прийняття особистісної відповідальності за вирішення таких ситуацій, вибір таких видів активності, які дозволяють послабити психотравмуючий вплив ситуації

або знайти шляхи її подолання. Але незважаючи на наявність позитивних тенденцій у зміні копінг-стратегій на когнітивному та поведінковому рівнях варто звернути увагу на те, що в процесі отримання психологічної освіти суттєвих змін не зазнає емоційний рівень копінг-стратегій майбутніх психологів, який значимою мірою впливає на ефективність діяльності особистості загалом та подолання фруструючих ситуацій зокрема. Крім того, суттєвим залишається відсоток студентів четвертого курсу, які використовують непродуктивні стратегії поведінки на когнітивному та поведінковому рівнях.

Разом із тим, означена проблема залишається остаточно не вивченою та потребує подальших досліджень, наприклад, вивчення особливостей ставлення до здоров'я студентів-психологів із різним рівнем професійної спрямованості чи самоактуалізації.

### **Література:**

1. Нестеренко Т. М., Слобожанінов А. А., Ківерник О. В. Здоров'я студентів гуманітарних спеціальностей у сучасному освітньому вимірі. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. – Вип. 3К (123). – С. 289–292.
2. Седих К. В. Психологія взаємодії систем: «сім'я та освітні інституції». Полтава : Довкілля-К, 2012. 260 с.
3. Седих К. В., Лавріненко В. А. Формування метакогнітивної компетентності у практичних психологів системи освіти. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. Вип. 52. X. : ХНПУ, 2016. С.124–133.
4. Харченко А. С., Гончарова Н. О. Особливості психологічного благополуччя студентів із різним типом спрямованості. Психологія і особистість. 2017. № 2 (12). С. 185–193.
5. Харченко А. С. Психологічні особливості ціннісного ставлення до здоров'я сучасних підлітків. Психологія і особистість. 2017. №1. С.174–182.

**УДК 159.907**

## **ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ДІТЕЙ З РАС**

**Шевчук В. В.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
viktoriiashevchukpnpu@gmail.com*

Розлади аутистичного спектру (РАС) – це розлади, пов'язані з аномальним біологічно обумовленим дозріванням головного мозку, що