

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ОСВІТИ

**Кононова М.М.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
meershaum@ukr.net*

**Перетяцько Л. Г.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
lara.bilin19@gmail.com*

**Актуальність дослідження.** Метою будь-якої сучасної держави є піклування про підвищення якості життя своїх громадян, направленість на забезпечення того, щоб вони позитивно оцінювали умови і якість свого життя. Достатньо важливою складовою і показником якості життя особистості є її психічне здоров'я, як показник, який не просто відображає відсутність хвороби, а є характеристикою особистості, спроможної до повноцінного функціонування та благополучного життя. На сьогоднішній день, проблеми психічного здоров'я людини, її повноцінного функціонування стають об'єктом уваги науковців, і зараз існують різні, інколи суперечливі традиції у його трактуванні.

Особливо важливою є проблема забезпечення психічного здоров'я особистості в кризові періоди онтогенезу, до яких належить юнацький вік, що припадає на навчання в коледжі та університеті. Період навчання в даних освітніх закладах припадає на такі вікові етапи, коли провідними завданнями є розширення розуміння власної ідентичності, формування почуття дорослості, становлення відповідальності за власні дії, професійне самовизначення, поглиблення орієнтації у відносинах і нормах соціальної дійсності. Разом із тим, студенти коледжів та університету відчують суттєві труднощі у житті, обумовлені їх переходом з епохи дитинства до епохи дорослості. Вони, намагаючись реалізувати своє прагнення до самовизначення, часто відчують нестачу особистісних ресурсів, неспроможність самодостатньо жити.

Психологічне здоров'я та благополуччя особистості тривалий час є предметом дослідження науковців. В Україні вивчення психічного здоров'я та його чинників пов'язане з іменами Н. Бахаревої, О. Бочарової, П. Фесенко, Н. Растрігіна, М. Григор'євої, Л. Куликова, М. Соколової, які розглядали його в контексті зовнішніх факторів (ступінь задоволення основних потреб, характер міжособистісних стосунків, тощо) та внутрішніх (толерантність, ціннісні орієнтації і стратегії поведінки, самоактуалізація, тощо) чинників формування.

Особливості процесу навчання в коледжах та ЗВО, специфіка навчальної діяльності та напруження студентів висвітлена в працях С.А.Котлового, В.І.Новосолової, Г.В. Пирог, Я.В. Цехмістер, Ж.М. Шумейко. Проте, більшість даних досліджень центруються відносно показників психічного здоров'я і благополуччя студентів або коледжу, або вишу окремо, залишаючи поза увагою вагомість порівняльного аналізу системи освіти в навчальних закладах різного рівня на формування психологічного здоров'я особистості студента. Тож, проблема вивчення чинників психічного здоров'я особистості у період інтенсивного професійного навчання є актуальною і потребує вивчення, що і зумовило актуальність нашого дослідження.

**Метою дослідження** стало теоретично вивчення та емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я студентів навчальних закладів з різним рівнем освіти.

**Методика й організація дослідження.** Ми припустили, що психічне здоров'я студентів коледжу та вишу відрізняється. Імовірно, студенти коледжу характеризуються зниженим показником психологічного благополуччя, нерозвинутою спроможністю до автономії, управління середовищем та дифузними цілями в житті. Вони не цікавляться

питаннями свого здоров'я та не мають до нього вираженого когнітивного, емоційного і поведінкового ставлення. Їх знижене благополуччя виражається у підвищеній напрузі і, як наслідок, направленості на відпочинок. Це обумовлено ранньою професіоналізацією та переживанням нормативних криз такими досліджуваними. Натомість, студентам ЗВО, скоріше за все, властиві вищі показники психічного здоров'я, виражена здатність до автономії, управління середовищем, особистісного зростання; більше орієнтування в інформації про здоров'я, що втілюється в їх когнітивному, поведінковому та емоційному ставленні до здоров'я, підвищеними показниками психічного та соціального здоров'я при наданні ціннісного значення усім аспектам свого благополуччя, що обумовлено більшою життєвою визначеністю та успішністю особистісного становлення.

Емпіричною базою дослідження виступала вибірка, до якої увійшли 90 студентів (53 дівчини та 47 хлопців), 45 із яких навчаються у Полтавському ліцеї сфери послуг та 45 – у Полтавському національному педагогічному університеті імені В.Г. Короленка. Нами використовувалися методи емпіричного дослідження (опитування: методика самооцінки фізичного, психічного і соціального здоров'я (за Степановим С.С.), «Ставлення до здоров'я» (за Р.А. Березовською), методика «Шкала психологічного благополуччя» (К. Д. Ріфф, адаптація Т.Шевеленкової і П.Фесенка) та методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С.С.Бубнова)) та статистична обробка даних (критерій  $\chi^2$  - Пірсона,  $\varphi^*$ -кутового перетворення Фішера).

**Результати дослідження.** У процесі дослідження визначено, що дійсно, психічне здоров'я студентів коледжу та ЗВО відрізняється. Більшість студентів коледжу 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 вишу властивий більш високий рівень емоційного благополуччя. Вони характеризуються гармонійними емоційними переживаннями, спокійні, врівноважені, характеризуються внутрішньою гармонією.

Також, студентам ліцею властиве переважання низького рівня соціального здоров'я. Вони схильні до конфліктів та протистоянь, не спроможні успішно взаємодіяти з оточуючими людьми. Натомість, студенти вишу більше схильні до високого рівня соціального здоров'я. Вони гармонійні у стосунках з оточуючими, спроможні приймати їх як особистість.

Встановлено, що студенти коледжу стають більш обізнаними у питаннях здоров'я та здорового способу життя, збагачують знання основних чинників ризику і відсутності ризику. Студентам ЗВО властиве більше розуміння ролі здоров'я в забезпеченні активного і тривалого життя. При цьому, протягом професійного навчання студенти не лише збагачують знання про здоров'я та здоровий спосіб життя, але і намагаються їх реалізувати у житті та повсякденній діяльності. Ступінь відповідності дій студентів вишу постулатам здорового способу життя більший, ніж у студентів коледжу. Вони більше переймаються проблемами здоров'я, тривожаться через властивий їм рівень фізичного і психічного благополуччя, надають більшої ваги своєму здоров'ю, що виступає для них як цінність. Натомість, студенти коледжу до свого здоров'я ставляться індиферентно, не сприймають його як цінність. Натомість, студентам ЗВО властиві більше виражені тенденції до самоконтролю, пошуку соціальної підтримки, прийняття відповідальності, планування розв'язання проблем.

Студенти коледжу характеризуються зниженим рівнем психологічного благополуччя, мають виражені переживання через власну непродуктивність, неспроможність реалізуватися у житті. Для них характерні негативні переживання з приводу власної особистості, зниженого потенціалу, оцінювання себе як неспроможних досягти бажаних цілей і результатів у важливій для них діяльності. Таких студентів відрізняють неспроможність встановлювати та підтримувати довірливі і психологічно комфортні стосунки з оточуючими людьми.

Студенти коледжів ще спроможні до автономії. Для них не характерна самототожність, спроможність не залежати від оточуючих, вони постійно потребують зовнішньої стимуляції своєї поведінки і діяльності. Їм властивий низький показник спроможності до управління середовищем. Соціальне оточення у випадку цих студентів має домінуючий характер і висуває до них вимог поведінки і діяльності, що можуть їм суттєво не подобатись. Натомість, студенти закладу вищої освіти мають позитивне сприйняття самих себе, адекватно та повно мірою усвідомлюють свої особистісні характеристики, що не відмежовуються від їх ідеалізованого бачення про особистість загалом. Вони почувають себе достатньо благополучно і позитивно оцінюють свої особистісні якості, характеристики та можливості у допрофесійному зростанні. Їм властиві позитивні стосунки із оточуючими, спроможність до встановлення відкритих і психологічно близьких контактів із оточуючими людьми. При цьому, студенти вишу спроможні і до автономії, що виражається у їх можливості перебувати на самоті, самодостатності, направленості на «внутрішню впорядкованість» життя. Вони характеризуються чіткими і визначеними цілями у своєму житті, вони їх чітко усвідомлюють та ефективно організовують свою діяльність по їх досягненню.

**Висновки.** Результати даного дослідження можуть бути використані у діяльності практичного психолога та кураторів закладів освіти, направлених на підвищення показників психічного здоров'я студентів у процесі професіоналізації, профілактику негативних і кризових явищ серед студентської молоді. Перспективою подальших досліджень в даному напрямку може виступати вивчення специфіки інших чинників формування ставлення до здоров'я студентів, що залишились поза увагою в даному дослідженні, – їх мотивів, локусу контролю, сформованості смисложиттєвих орієнтацій, тощо.

#### **Література:**

1. Андрос М. Є. Психічне здоров'я особистості: психологічне консультування керівників шкіл. *Освіта і управління*. Том 2. 1998. Число 2. С. 64.
2. Гресько І.М. Професійне здоров'я особистості в умовах пандемії. Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я: *Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Київ, 18 листопада 2020 р.) : матеріали і тези доповідей / за заг. ред. проф. О. В. Бацилевої. Київ. 2020. С.39–42.
3. Гула Н.В. Динаміка саморегуляції негативних психічних станів студентів. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2013. Вип. 12. С. 203–213.
4. Дроботун О.С. Емоційно-ціннісне ставлення підлітків до особистісного здоров'я. *Психологічні науки*. 2014. Вип. 2 (13). С. 52–56.

### **РЕАЛІЗАЦІЯ ЗАВДАНЬ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ ЯК УМОВИ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ**

**Сайко Н.О.**

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

В сучасному суспільстві, яке знаходиться у стані війни, загострилися соціальні, соціально-психологічні, соціально-економічні проблеми. Війна прямо чи опосередковано впливає на якість життя кожного українця. У свою чергу, якість життя, користуючись визначенням ВООЗ – це комплексне поняття, що включає соціально-психологічні