

**Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т. Г. Шевченка**

Кафедра загальної, вікової та соціальної психології імені М.А. Сьома

Кафедра соціальної роботи та освітніх і педагогічних наук

Полоцький державний університет (Республіка Білорусь)

Кафедра технології та методики викладання

Херсонський державний університет

Кафедра психології

Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Кафедра психології

Кафедра менеджменту, практичної психології та інклюзивної освіти

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

Кафедра соціальної педагогіки і соціальної роботи

ДВНАДЦЯТИ СІВЕРЯНСЬКІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИТАННЯ

Матеріали міжнародної наукової онлайн-конференції

26 листопада 2021 року, м. Чернігів

Том 1. Психологія



Чернігів
2022

УДК 159.9 : 316.6 : 364

ББК 88

Д 22

Наукова редакція:

Дроздов О. Ю., доктор психологічних наук, доцент

Рекомендовано до публікації вченою радою

Навчально-наукового інституту

психології та соціальної роботи

Національного університету «Чернігівський колегіум»

імені Т. Г. Шевченка (протокол № 5 від 28.12.2021 р.)

Дванадцяті Сіверянські соціально-психологічні читання:

Матеріали Міжнародної наукової онлайн-конференції (26 листопада 2021 року, м. Чернігів) / За наук. ред. О. Ю. Дроздова. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2022. Т.1. 239 с.

Збірник містить матеріали Міжнародної наукової конференції «XII Сіверянські соціально-психологічні читання» (26 листопада 2021 р., м. Чернігів). У першому томі розглядаються актуальні питання сучасної фундаментальної та прикладної психології.

Адресовано науковцям, викладачам закладів вищої освіти, практичним психологам, студентам та аспірантам.

© Автори, 2022

Поєднання психологічного супроводу військовослужбовців з тематикою ПЦР надає ефективний профілактичний вплив, запобігання суїцидальної, девіантної поведінки та нестатутної поведінки.

Отже, робота психолога під час проведення ПЦР носить комплексний характер і повинна органічно поєднуватися з алгоритмом здійснення психологічного супроводу, який включає проведення психоедукації, психодіагностики та психологічного впливу, та є досить ефективним інструментом підтримки морально-психологічного стану військовослужбовців, психологічного мікроклімату у військовому підрозділі, а також військової дисципліни.

DOI: 10.5281/zenodo.5844533

Мунасіпова-Мотяш І. А., Дяченко В. А.

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ

У сучасному світі існує розрив між інтенсивними соціальними, економічними, політичними, духовними змінами і відсутністю можливостей адаптації людей до них, що зумовлює появу тривожності, напруженості, невпевненості в завтрашньому дні. Складна сучасна соціальна ситуація має значний вплив на студентську молодь. У студентському віці підвищуються інформаційні навантаження, ускладнюються міжособистісні взаємини, з'являються проблеми, пов'язані з відірваністю від родини, проживанням в гуртожитку. Це може спровокувати стан емоційної напруги, відчуття тривоги та психологічного неблагополуччя. Тому актуальним в умовах сьогодення є вивчення психологічного благополуччя студентів.

Проблема психологічного благополуччя особистості всебічно вивчається і досліджується у світовій психологічній науці. Із поняттям «психологічне благополуччя» особистості асоціюють цілий ряд близьких за значенням понять: «психічне здоров'я», «позитивний стиль життя», «емоційний комфорт», «якість життя», «суб'єктивне благополуччя», «задоволеність життям» та ін. Теоретичну основу феномену психологічного

благополуччя закладено в дослідженні Н. Бредбурна, згідно з яким «психологічне благополуччя» являє собою баланс, що досягається постійною взаємодією двох видів афектів: позитивного і негативного. Різниця між ними є показником психологічного благополуччя і відображає загальне відчуття задоволеності або незадоволеності життям (Бредбурн Н., 1969).

Психологічне благополуччя є інтегральною категорією і залежить від ряду чинників, які знаходяться як у площині зовнішніх, так і внутрішніх детермінант, що ускладнює можливість дослідження даного феномену. У період юнацького віку психологічне благополуччя залежить від того, яким чином формуються вікові утворення – рефлексія, почуття власної унікальності, світогляд, життєві настанови та плани. Рівень самоактуалізації є визначальним у психологічному благополуччі/неблагополуччі студентів (Ідобаєва І., 2011). Прояви неблагополуччя часто супроводжують ситуації фрустрації – соціальної ізоляції (депривації), напруженості у значущих взаєминах (Куликов Л., 2004).

Позитивними детермінантами психологічного благополуччя виступають: стан душевного комфорту, злагодженість психічних процесів, внутрішня гармонія; вони залежать від того, чи має людина ясні цілі, а також ресурси та умови для їх досягнення (Куликов Л., 2004). Р. Шаміонов вважає основними компонентами суб'єктивного благополуччя – відчуття щастя, гармонії, узгодженості емоцій, задоволеності, свідомості життя. Переживання людиною благополуччя залежить від тих областей буття, які є для особи значимими (Шаміонов Р., 2015).

Тому важливим при дослідженні психологічного благополуччя особистості є відповідність актуальних потреб можливостям їх задоволення; співвідношення між тим, наскільки людина задовольняє свої потреби і тим, наскільки вона витрачає свої життєві ресурси для задоволення цих потреб. Особистість має балансувати між задоволенням власних потреб і потреб суспільства; вона повинна підтримувати рівновагу між внутрішніми механізмами функціонування й умовами середовища соціально-психологічного простору.

Метою нашого дослідження стало визначення особливостей психологічного благополуччя студентів. Для проведення емпіричного дослідження були залучені студенти Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Всього у дослідженні взяло участь 100 осіб, з них 50 студентів Навчально-наукового інституту психології та соціальної роботи та 50 – природничо-математичного факультету. Було використано методики «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф (адаптований варіант) та «Індекс життєвого задоволення» (в адаптації Н. Паніної).

Аналізуючи результати дослідження показників психологічного благополуччя осіб юнацького віку за методикою К. Ріфф, було виявлено, що для більшості респондентів характерним є переважно низький рівень психологічного благополуччя ($235,80 \pm 32,96$), що, імовірно, пов'язано з сучасною ситуацією пандемії та соціально-економічної нестабільності в суспільстві. Розглядаючи окремі складові психологічного благополуччя осіб юнацького віку, відмічаємо, що найвищі середньостатистичні значення мають показники позитивних стосунків (середнє значення $50,48 \pm 5,59$). Більшість опитаних мають задовільні, довірчі відносини з оточуючими; піклуються про благополуччя інших; здатні співпереживати, розуміють, що людські взаємини будуються на взаємних поступках. Друге місце посідає складова життєвих цілей (середнє значення $43,90 \pm 5,50$), що свідчить про наявність у респондентів мети життя та почуття спрямованості, сенсу минулого та теперішнього життя. Досліджувані мають систему переконань, намірів та цілей на майбутнє. Наступною складовою психологічного благополуччя за ступенем вираженості є особистісний ріст (середнє значення $40,62 \pm 5,70$), що свідчить про те, що більшість опитаних мають почуття безперервного розвитку, сприймають себе «зростаючими» і самореалізованими, відкритими новому досвіду, відчувають реалізацію свого потенціалу, спостерігають поліпшення в собі та своїх діях з часом, змінюються відповідно до власних знань і досягнень.

Наступні складові психологічного благополуччя в опитаних осіб юнацького віку мають низький рівень прояву.

Показник автономності (середнє значення $37,68 \pm 6,51$) характеризує респондентів як залежних від думки та оцінки оточуючих. У прийнятті важливих рішень вони покладаються на думку інших, піддаються спробам суспільства змусити їх думати та діяти певним чином. Показник самоприйняття (середнє значення $36,84 \pm 7,50$) характеризує респондентів як незадоволених собою, розчарованих подіями свого минулого, занепокоєних деякими особистими якостями, бажаними бути не тим, ким вони є. Найменш вираженою складовою психологічного благополуччя є показник управління середовищем (середнє значення $30,30 \pm 3,10$), тобто досліджувані відчують складнощі в організації повсякденної діяльності, нездатність змінити або поліпшити обставини, що складаються, не використовують можливостей, що їм надаються, позбавлені почуття контролю над тим, що відбувається навколо. Зауважимо, що відчуття втрати контролю над середовищем та життєвим простором, імовірно, є результатом тих глобальних процесів сьогодення, які пов'язані з переживанням особами юнацького віку ситуації пандемії та всіх її наслідків впливу на суспільство.

Порівнюючи отримані показники психологічного благополуччя студентів різних спеціальностей, було виявлено, що показник самоприйняття статистично достовірно відрізняється, а саме: у студентів-психологів (середнє значення $41,52 \pm 8,32$) він вищий, ніж у студентів природничо-математичного факультету ($34,16 \pm 7,08$). Отже, студенти-психологи, порівняно з їх однолітками з природничо-математичного факультету, більш позитивно ставляться до себе, знають та приймають різні свої сторони, включаючи гарні та погані якості, позитивно оцінюють своє минуле. Виявлена тенденція, можливо, пов'язана з особливостями організації освітнього процесу та предметами освітніх програм різних факультетів. За іншими показниками статистично достовірних відмінностей не виявлено.

У результаті дослідження індексу життєвої задоволеності осіб юнацького віку встановлено, що для опитаних характерний переважно низький рівень задоволеності життям (середнє значення $19,34 \pm 5,32$). Це свідчить про відносно високий рівень

емоційної напруженості, низьку емоційну стійкість, підвищений рівень тривожності, відносно низький рівень задоволеності ситуацією і своєю роллю в ній. Такі тенденції, як відмічалось вище, можуть бути пов'язані з нестабільною ситуацією в країні та в світі загалом. У ході дослідження, домінуючими виявилися показники послідовності в досягненні цілей (середнє значення $4,30 \pm 1,34$). Опитані виявляють рішучість, стійкість, спрямованість на досягання цілей. Відносно середній рівень респонденти мають за показником загального фону настрою (середнє значення $4,22 \pm 1,13$), що свідчить про те, що респонденти в цілому позитивно ставляться до життя, та приймають його зі всіма позитивними та негативними аспектами. Показник позитивної оцінки себе (середнє значення $4,06 \pm 1,22$) свідчить про те, що більшість досліджуваних адекватно оцінюють свої зовнішні та внутрішні якості, приймають свої позитивні та негативні якості. У свою чергу, показник інтересу до життя (середнє значення $4,10 \pm 1,22$) відображає, що досліджувані мають відносно середній ступінь ентузіазму, захопленого ставлення до звичайного повсякденного життя. Найменш вираженою виявився показник узгодженості між поставленими і досягнутими цілями (середнє значення $2,66 \pm 1,12$). Досліджувані переконані, що вони недостатньо, не в повній мірі досягли або здатні досягти важливих для них цілей. В ході порівняльного аналізу отриманих результатів за методикою «Індекс життєвої задоволеності» достовірних відмінностей між показниками студентів різних спеціальностей виявлено не було.

Отже, для більшості наших респондентів характерним є переважно низький рівень психологічного благополуччя. Найбільш вираженими виявилися показники позитивних взаємин та життєвих цілей. Найменш вираженим є показник управління середовищем, що свідчить про неможливість зарадити або поліпшити умови свого життя, відчуття безсилля в управлінні навколишнім світом. Визначено, що для опитаних характерний переважно низький рівень задоволеності життям. Найбільш вираженими виявилися показники послідовності в досягненні цілей та загального фону настрою, натомість