

DOI [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13\(42\)-85-98](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13(42)-85-98)
УДК 159,942:613.86-057.87(043.3)

Кічук Антоніна Валеріївна,

кандидат психологічних наук, доцент

кафедри загальної та практичної психології

Ізмаїльського державного гуманітарного університету.

Ізмаїл, Україна.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-2657-661X>

tonya82kichuk@gmail.com

ДЕЯКІ ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ОСНОВ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Анотація. З огляду на багатоаспектність і складність проблеми розробки основ психоемоційного здоров'я студентів закладу вищої освіти (ЗВО), природний інтерес становлять відповідні параметри віддзеркалення її прикладних аспектів через дані, отримані в результаті пілотного дослідження. Виходячи з цього, базою пілотного експерименту слугували шість вітчизняних ЗВО, де здійснюється підготовка майбутніх фахівців, уподобання яких пов'язані із типами професій «людина-людина», «людина-техніка», «людина-знак», «людина-природа», «людина-художній образ». У результаті коректного використання опитувальників та проведення анкетування, встановлено оцінки судження опитувальних відносно змістового наповнення поняття «психоемоційне здоров'я» та характеру ставлення до власного здоров'я у психоемоційній сфері; діагностовано своєрідність вияву сучасним студентством емоцій за параметром їх модальності; визначено детермінанти психоемоційного здоров'я студентської молоді та ступінь їхньої підготовленості до адекватного емоційного оцінювання діяльності й поведінки оточуючих. У результаті проведеного аналізу наукового фонду, де безпосередньо або опосередковано висвітлюються проблемні питання, пов'язані із здоров'ям особистості у психологічній сфері, видається за можливе стверджувати, про те, що психологічне здоров'я сучасної студентської молоді й дотепер складає зону психолого-педагогічних втрат. Це зумовлено як відсутністю теорії психологічного здоров'я у віковий період ранньої дорослості, так і недооцінкою своєрідності емоційного складника здоров'я сучасного студентства у психологічній сфері. На підґрунті узагальнення оцінних суджень респондентів, окреслено причини відхилень у психоемоційному здоров'ї саме сучасного

студентства. Закцентовано, зокрема, що важливим чинником збереження психоемоційного здоров'я особистості за сучасних стресогенних екологічних реалій виступає екологічна освіта. У цілому результати проведеного пілотного дослідження сприяють розробці наукових основ психоемоційного здоров'я особистості у віковий період раннього дорослішання.

Ключові слова: студентство; здоров'я; психоемоційне здоров'я; здобувач вищої освіти; пілотне дослідження.

1. ВСТУП / INTRODUCTION

Постановка проблеми. Реалії сьогодення детермінують прискорення і ускладнення психоемоційної діяльності сучасної людини. Особливо молоді, адже обмежений доступ до повноцінного простору життєдіяльності на тлі природної схильності до динаміки, підвищена емоційна залежність від мас-медіа загострюють проблему емоційної складової її здоров'я в психологічній сфері, актуалізують здатність до конструктивної самопрезентації в стресових та постстресових умовах буття. Чисельні інформаційні джерела констатують, що COVID-19 виявив суттєвий додатковий тиск на психоемоційне здоров'я особистості. Чому акцентуємо саме на здоров'ї як самоцінності? Насамперед через визначальний вплив цього явища в умовах довготривалого (а не короткотривалого) часового виміру життєдіяльності особистості. З огляду ж на чисельні чинники стресового характеру, що підвищують афектогенність життєвого простору саме у віковий період раннього дорослішання особистості, котрий збігається, як правило, із набуттям нею студентського статусу – важко переоцінити значущість цього спектру питань, які складають проблемне поле психоемоційного здоров'я студентів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукового фонду з проблеми здоров'я особистості студента у психологічній сфері [1], [2], [3] доводить, що у науковій психології вже склалась позиція відносно розгляду переживання в якості базової характеристики психічного стану, розмежування таких явищ, якими постають «переживання», «емоції», «почуття», доцільності осмисляти детермінацію психічних станів у ракурсі трьохланцюжкової системи «особистість – ситуація – особистісний смисл», де першопричиною є ситуація життєдіяльності, котра й детермінує психічний стан. Учені визнали правомірним ті проблеми, що пов'язані із емоційним складником здоров'я у психологічній сфері, узагальнювати конструктом «психологічні симптоми», констатувати таку тенденцію: кожний третій студент має підстави бути віднесений до групи ризику психологічної дезадаптації. Встановлено, що саме емоційна складова

здоров'я особистості в психологічній сфері є ресурсом життєстійкості сучасного студентства [3]. Попри доведеного психологами факту, що «складовим предикатом» у багатовимірності здоров'я у студентів є показник, котрий виражається в емоційній стійкості особистості [4], ще й донині бракує емпіричного матеріалу у зазначеній площині, який би спрямував дослідницький пошук щодо поглиблення наукових уявлень про психоемоційне здоров'я студентів.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

Мета статті – представити деякі результати пілотного експерименту, котрий був проведений на етапі моделювання концепції, спрямованої на поглиблення наукових уявлень про основи психоемоційного здоров'я студентів низки закладів вищої освіти, де вони набувають фах у розрізі визнаної у науковій психології типології професій («людина-людина», «людина-техніка», «людина-знак», «людина-природа», «людина-художній образ»).

Мету дослідження було конкретизовано у наступних **завданнях**: уточнити своєрідність емоційної сфери на ранньому віковому етапі дорослішання та окреслити детермінуючі фактори; виявити сукупність тих чинників, котрі складають причини відхилень у психоемоційному здоров'ї сучасного студентства задля спрямування практико-орієнтовних заходів щодо зміцнення та самовідновлення.

3. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ / THE THEORETICAL BACKGROUNDS

Нами врахувалось, що психологічна категорія «переживання» віддзеркалює афективно-спонукальний аспект оточуючого, його значимість для особистості. Отож, емоційні явища саме й виявляються у ставленні особистості не лише до навколишнього, інших людей, а й до себе; в емоційних переживаннях фіксується конкретика ставлення, що є передумовою переходу до перетворювально-розвивальної трансформації, тобто відповідних особистісних змін [5], [6]. Виходячи із вищезазначеного у процесі емпіричного дослідження ми намагались з'ясувати якісну характеристику особливостей ставлення респондентів до власного здоров'я. Проведене пілотне дослідження базувалося на діагностувальному інструментарії, котрий включав анкетування, модифікаційний варіант опитувальника та результати саморефлексії досвіду фахової діяльності у ЗВО. Було використано й опитувальник, розроблений і апробований фахівцями в аспекті дослідження психології способу життя [7]. Принагідно

зауважимо, що передбачені ним питання, були розподілені по шкалах (когнітивна, емоційна, поведінкова, ціннісно-мотиваційна), а тому характер ставлення до власного здоров'я видалось за можливе визначити в розрізі окреслених маркерів. Заповнюючи опитувальник, респонденти надавали інформовану згоду. Отже, зібрані у такий спосіб і проаналізовані дані дозволили зробити певні узагальнення. По-перше, студенти, зокрема першого курсу, здебільшого виявили позитивно-активне відношення до ідеї оцінити власне ставлення до здоров'я. Це дає підстави припустити, що ними розуміється і усвідомлюється самоцінність здоров'я у реальному житті та життєдіяльності. По-друге, аналіз даних у межах певної із шкал та інтерпретація тверджень, що включені опитувальником до кожної з них, засвідчує що найбільш прискіпливе ставлення фіксується за «ціннісно-мотиваційним параметром» – визнається висока значущість здоров'я в індивідуальній ієрархії цінностей та наявність мотивації щодо його збереження і зміцнення; найнижчою виявилась шкала «поведінкова», що віддзеркалює ступінь відповідності дій і вчинків особистості вимогам здоров'язбереження. По-третє, узагальнені дані щодо самооцінки респондентами власного ставлення до здоров'я саме за емоційною шкалою дозволяють припустити, що у першокурсників (а респондентами були 70 осіб) домінує підвищений рівень тривожності відносно стану здоров'я, не сформованість умінь насолоджуватися, радіти йому. По-четверте, якщо розглядати ставлення студентів до власного здоров'я в цілому, то в розрізі відповідних шкал ціннісно-мотиваційна посідає перше рангове місце (36,5%), друге – емоційна (30,8%), третє – когнітивна (18,1%), четверта – поведінкова (14,6%).

4. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS

Методологія та методи дослідження віддзеркалює комплексне використання методів теоретичного і емпіричного рівнів: аналізу наукових підходів і концепцій, наявних у психології з проблематики здоров'я особистості у психологічній сфері; використана сукупність діагностувальних методик представлена анкетуванням, опитувальниками та саморефлексією набутого досвіду професійної діяльності у ЗВО – основи психологічних спостережень.

5. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS

Метою визначення особливостей суто емоційної складової психологічного здоров'я студентів базу пілотного дослідження, було розширено: у ньому взяли участь студенти бакалаврату та магістратури

деяких закладів вищої освіти (1197 осіб). До того ж під час формування вибірки ми намагались дотримати вимоги до її еквівалентності щодо загальноновизнаної типології професій Є. Клімова, а також змісту, підпорядкованому специфіці мети дослідження та окреслених завдань. Отже, респондентами, котрі орієнтуються на вибір професій типу «людина-людина», (406 осіб), а також ті, уподобання яких пов'язані з типом професій «людина-природа» (168 осіб), були здобувачі вищої освіти Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка, Ізмаїльського державного гуманітарного університету та ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського»; студенти, професійні уподобання яких пов'язані з професіями типу «людина-техніка» (327 осіб) та респондентів, орієнтованих на вибір професій «людина-знак» (82 особи), – Дунайського інституту Національного університету «Одеська морська академія» та Дунайського факультету морського і річкового транспорту Державного університету інфраструктури і технологій; здобувачів орієнтованих на вибір професій типу «людина-художній образ» (82 особи) представляло студентство інституту мистецтв ім. А. Авдієвського Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова.

У результаті проведеної аналітичної роботи видалось за можливе зробити певні узагальнення. Схарактеризуємо їх більш докладно.

Психоемоційне здоров'я здебільшого розуміється сучасним студентством наближено до таких явищ, як «стриманість», «стійкість», «щастя», «контроль над своїми почуттями», «наявність внутрішнього стрижня», «здатність протидіяти зовнішнім негативним подразникам», «стан гармонії із собою», «рівновага між позитивом і негативом».

Про самооцінні судження респондентів відносно стану власного психоемоційного здоров'я засвідчують, зокрема, такі усереднені емпіричні дані: переважна більшість з них стверджує про «середній» рівень (51%), 9,7% – про «низький» і лише 7,4% (89 осіб) вважає наявний рівень психоемоційного здоров'я «максимально можливим». Це дозволяє припустити, що здобувачі вищої освіти здебільшого відчують потребу у збереженні і примноженні означеної особистісної властивості. До того ж, згідно проведеного анкетування, встановлено таке: на етапі раннього дорослішання особистість здатна, з одного боку, серйозно замислюватися над детермінантами власного психоемоційного здоров'я (згідно узагальнених даних, до першорядних чинників впливу на цю властивість студентська молодь відносить «екологічні проблеми світу», «сімейні негаразди» та «здоров'язбережувальну політику в державі»), а, з іншого –

самокритично реагувати на той тиск, котрий негативно позначається на емоційному складникові їхнього здоров'я у психологічній сфері (про це опосередковано засвідчують самооцінні судження респондентів відносно частотності такого тиску – «дуже часто» – 72%, «рідко» – 10%).

Водночас привертає увагу ще й таке: прописуючи свої дії, спрямовані на зміцнення психоемоційного здоров'я (а одним із завдань було завершення фрази «дбаючи про зміцнення власного психоемоційного здоров'я, я...»), респонденти (59%) здебільшого ухилилися від відповіді; кожний четвертий зазначив, що нічого не робить; типова ж відповідь решти опитуваних зводилось до «намагання стримувати емоції», «створювати супротив тому, щоб емоції керували поведінкою», «вчитися знаходити аргументи на користь саме правильності поведінки в ситуації вибору». Про підготовленість особистості у віковий період раннього дорослішання до адекватної емоційної оцінки діяльності і поведінки оточуючих можна розмірковувати, взявши до уваги самооцінні судження респондентів такого змісту «високий ступінь» власної підготовленості у цьому ракурсі констатують 7% з них, на «достатній ступінь» зауважує 51%, на «середній – 17%, а на «низький» – кожний четвертий здобувач вищої освіти.

Якщо за зазначеними параметрами принципової відмінності в емпіричних даних у розрізі професійних уподобань респондентів не виявлено, то відносно самооцінних суджень щодо стану задоволення власним психоемоційним здоров'ям установлені певні розбіжності за шкалою «не задоволений». А саме: студенти з орієнтиром на тип професій «людина-людина» посіли перше рангове місце (а такими виявилися судження кожного третього з них), а останню позицію посіли ті, хто здійснив вибір професій за типом «людина-знак» (9,4%). Припускаємо, що така ситуація пов'язана із активним використання останніми у квазіпрофесійній діяльності інтернет-технологій та інтернет-ресурсів, наближеністю їхньої життєдіяльності до інтернет-середовища, недостатньо критичним аналізом впливу мультимедіа на емоційну сферу психологічного здоров'я або небажанням замислюватися над означеним. Аргументації додають і такі емпіричні дані: переважна більшість опитаних (59,7%, а це 715 осіб) оцінила своє ставлення до власного психоемоційного здоров'я як «більш невідповідальне, ніж відповідальне»; натомість (мабуть, ще й спираючись на «студентський стереотип») 73% оцінили свій стан психоемоційного здоров'я як «задовільний».

Вищезазначений емпіричний матеріал, звісно, має відносну суто наукову цінність, адже ж базувався на анкетуванні – методі збору первісних даних, де запитання сформульовані як у прямій, так і непрямої

формі, мають відкритий або закритий характер, представлені у письмовому вигляді за допомогою вже підготовлених бланків.

Тим не менш начний дослідницький інтерес становили емпіричні дані, узагальнення яких сприяє розширенню уявлень про емоційну складову психологічного здоров'я особистості у віковий період раннього дорослішання. Так за результатами аналізу матеріалів, котрі в контексті завдань пілотного дослідження були набуті через використання опитувальника, розробленого О.Чебикіним [8] та використаного в авторській модифікації, вдалось за можливе визначити ранг частоти прояву сучасним студентством певних емоцій. Відповідно до отриманих результатів виконання респондентами інструкції (котрою передбачалось оцінка ним за шкалою мінімум – 1 бал, максимум – 5 балів» ступеня відчуття наведених емоцій, що є різними за модальністю) встановлено таку картину (рис. 1, 2).

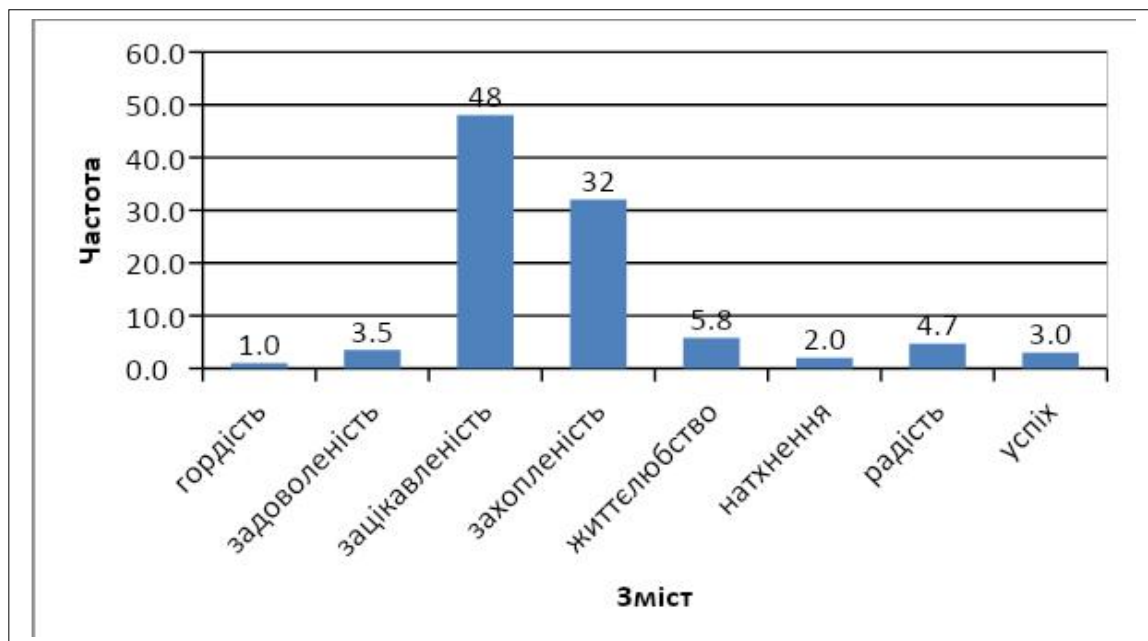


Рис. 1 До характеристики вияву сучасним студентством позитивних емоцій (за матеріалами самооцінних суджень)

Вочевидь, не випадковим є надання респондентами найбільшої ваги зацікавленості (48%) та захопленості (32%), адже це збігається із своєрідністю життєдіяльності особистості у віковий період раннього дорослішання та роллю вищої школи в особистісно-професійному становленні. Натомість частота виявлення ними гордості, натхнення, успіху, задоволеності спонукає до осмислення ресурсів у цьому ракурсі

пізнавально-розвивального простору сучасного ЗВО, а також слугує опосередкованим свідченням загострення проблеми розробки основ психоемоційного здоров'я студентів.

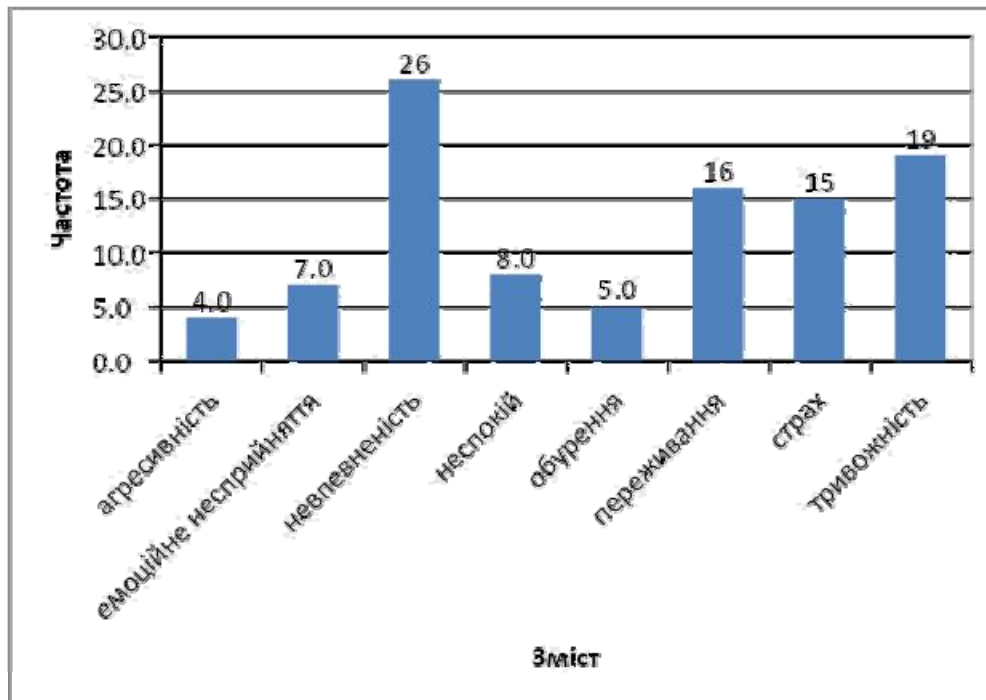


Рис. 2 До характеристики вияву сучасним студентством негативних емоцій (за матеріалами самооцінних суджень)

Відповідно до емпіричних даних (рис. 2) створюється можливість уточнити характер найбільш частих і типових для сучасної студентської молоді негативних емоцій; йдеться про невизначеність (26%) і тривожність (19%). Навіть незважаючи на досить широкий спектр проведених у цьому плані досліджень, вочевидь, не втрачає гостроти проблематика психоемоційного здоров'я та актуальності, потреба ґрунтовного наукового її аналізу. До того ж набуті у процесі пілотного дослідження дані є суголосними із висновками, зробленими на основі вже проведених фундаментальних досліджень [9], [10].

Зауважимо й на деяких узагальненнях, що базувалися на отриманих результатах, пов'язаних із виконанням респондентами завдання такого змісту: за шкалою семантичної диференціації визначити рівень значущості поданого твердження («Я розумію вкрай важливе значення психоемоційного здоров'я у власному виборі стратегії поведінки»), скориставшись при цьому окресленою шкалою (мінімальний оцінний бал

– одиниця, максимальний – десять) та за бажанням надати коментар. У результаті аналітичної роботи встановлено, що 19,7% респондентів ідентифіковано із низьким рівнем (1–3 бали), відповідно 60% – з високими (8–10 балів).

Отримані дані дозволяють уважати, що на часі розв'язання практико-орієнтовних питань, пов'язаних із визначенням і впровадженням програмних заходів, спрямованих на формування у здобувачів вищої освіти основ психоемоційного здоров'я. До того ж абрис у цьому відношенні відтворює змістове наповнення суджень опитуваних, зокрема, на таке запитання: «Якими, на ваш погляд, є три найсуттєвіші причини відхилень у психоемоційному здоров'ї саме сучасного студентства?». До таких причин здобувачами вищої освіти, котрі взяли участь у пілотному дослідженні, віднесено: «соціальну неспроможність бути успішним в сучасних змінних умовах, включно із проблемами, пов'язаними із навчальними досягненнями», «невизначеність у життєвих орієнтирах», «інтимно-особистісні переживання у зв'язку із матеріальним станом і його вірогідною нестабільністю у майбутньому».

Вищезазначене, з одного боку, засвідчує про актуалізацію сукупності проблемних питань, пов'язаних із здоров'язбереженням студентської молоді, з іншого ж – про загострення потреби врахування динаміки самосвідомості особистості юнацького віку у процесі розробки основ психоемоційного здоров'я у студентів [11].

Слід зауважити, що класична психологічна наука по-різному пояснює природне бажання людини до «збереження внутрішнього спокою». Наприклад, у ракурсі біхевіоризму (зокрема, ідеї Кларка Халла), йдеться про доречність центрувати увагу на оптимальному стані організму – гомеостазі, тобто природній властивості підтримки незмінності внутрішнього середовища, оптимального балансу, не враховуючи вплив «підкріплюючих стимулів» на редукцію потреб; розроблена ж концепція редукції потреб не надає вичерпної відповіді, чому саме людина обирає відповідну модель поведінки.

Дбаючи про розробку основ психоемоційного здоров'я студентської молоді за сучасних умов актуалізації, зокрема, екологічної проблематики, не аби якого значення набуває і теорія морального розвитку, засновником якої є Л. Кольберг. Сучасні науковці зауважують на її конструктивності через пояснювальну потужність щодо ваги духовно-морального змісту [12]. Йдеться, з одного боку, про трактування морального розвитку особистості як процесу, котрий відбувається впродовж її життя, тобто визнання значущості кожного вікового періоду. Виходячи із

запропонованого Л. Кольбергом підходу щодо ідентифікування певних стадій при цьому («внутрішній план», «підтримка громадського порядку» і стадії «суспільної домовленості та прав особистості»), уможлиблюється віднаходження особистістю стимулів. Зокрема, посилення мотивації особистості відносно утвердження у діяльності імператива екології за сучасних реалій наявності різних переконань серед окремих верств соціуму задля збереження узгоджених стандартів екоосвіти. Зазначене набуває важливе значення, адже саморефлексія досвіду фахової діяльності у ЗВО доводить правомірність розглядати екоосвіту в якості чинника збереження психоемоційного здоров'я, зокрема, студентства, за сучасних стресогенних екологічних реалій.

6. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH

Отже, результати пілотного дослідження вказують не лише на необхідність пошуку механізмів студентоцентрованого підходу, а й окреслюють його вектори при розробці основ психоемоційного здоров'я здобувачів вищої освіти. Набуті данні вимагають ґрунтовного наукового аналізу вимірів такого явища, яким постає психоемоційне здоров'я, підтверджуючи, що означене явище може розглядатися в якості детермінанти успішного особистісно-професійного самоздійснення майбутнього фахівця.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи бачимо й у поглибленні наукових уявлень про діагностувальний інструментарій щодо системного визначення основ психоемоційного здоров'я студентів ЗВО.

7. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] А. О. Прохоров, М. Е. Вамулина, В. Д. Менделевич, *Психология состояний*. Москва, Россия: Когито-центр, 2011, 623 с.
- [2] В. Войтенко, В. Карпенко, Ю. Мединський, М. Миколайчук, «Сучасний стан психічного здоров'я студентської молоді: емоційна, міжособистісна та рольова сфери», *Практична психологія та соціальна робота*, № 11, с. 2–7, 2012.
- [3] О. Мірошниченко, Н. Світлічна, І. Табачник, «Психолого-педагогічні засоби формування позитивно-дієвого ставлення до власного здоров'я студентів», *Наука і освіта*, № 3, с. 40–46, 2019.
- [4] М. А. Кузнецов, Л. Н. Зотова, *Жизнестойкость и образ здоровья студентов*. Харьков, Україна: Диска плюс, 2017, 398 с.

- [5] Т. Кириленко, «Емоційна сфера особистості: вектори вивчення», *Вісник Київського національного університету ім. Т. Г. Шевченка*, № 1(8), с. 26–29, 2018.
- [6] В. Н. Мясищев, Психология отношений, А. А. Бодалева, Ред; 4-е изд. Москва, Россия: МОДЭК, 2011, 398 с.
- [7] А. А. Токман, Н. В. Немченко, *Психологія способу життя*. Київ, Україна: ДП Вид. дім «Персонал», 2015, 344 с.
- [8] О. Я. Чебикін, І. Г. Павлова, Становлення емоційної зрілості: монографія. Одеса, Україна: СВД Черкасов, 2009, 230 с.
- [9] Т. М. Титаренко, *Психологічне здоров'я особистості: засоби допомоги в умовах тривалої травматизації: монографія*. Кропивницький, Україна: Умекс-ЛТД, 2018, 160 с.
- [10] М. В. Савчин, *Здоров'я людини: духовний, особистісний і тілесний виміри: монографія*. Дрогобич, Україна: «ПОСВІТ», 2019, 232 с.
- [11] А. Кічук, «Психоемоційне здоров'я сучасного студентства як ресурс життєстійкості», *Problems and perspectives of modern science and practice. Abstracts of international scientific and practical conference*. Gras; Austria, 2020, p. 258–261.
- [12] П. Клейман, *Психология. Люди, концепции, эксперименты*; пер. с англ. О. Медведь, В. Шульпин, Ред. Москва, Россия: Манн. Иван и Фебер, 2019, 272 с.

SOME APPLIED ASPECTS OF THE PROBLEM OF FORMING THE FOUNDATIONS OF STUDENTS' PSYCHO-EMOTIONAL HEALTH

Antonina Kichuk,

Candidate of Psychological Sciences,

PhD in Psychology, Associate Professor Department of General and Practical Psychology Izmail State University of Humanities.

Izmail, Ukraine.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-2657-661X>

tonya82kichuk@gmail.com

Abstract. Given the multifaceted nature and complexity of the problem of developing the basics of psycho-emotional health of students in higher education institutions, the natural parameters are the relevant parameters to reflect its applied aspects through the data obtained from the pilot study. Based on this, the basis of the pilot experiment were six domestic higher education institutions, which train future professionals, whose preferences are related to the types of professions «man-man», «man-technician», «man-sign», «man-nature», «man-artistic image». As a result

of the correct use of questionnaires and conducting questionnaires, establishing evaluative judgments of respondents regarding the content of the concept of «psycho-emotional health», and the nature of the attitude to their own health in the psycho-emotional sphere; diagnosed the originality of the manifestation of modern students of emotions on the parameter of their modality; the determinants of psycho-emotional health of student youth and the degree of their readiness for adequate emotional assessment of the activities and behavior of others are determined. The result of the analysis of science foundation where problematic issues concerning personality's psychological health are being directly or indirectly interpreted makes it possible to state that modern students' psychological health forms the area of psychological and pedagogical losses. It is determined by both the absence of psychological health theory of a person in a period of young adulthood and underestimation of emotional constituent peculiarity of modern students' health in psychological sphere. Based on the generalization of the evaluative judgments of the respondents, the reasons for deviations in the psycho-emotional health of modern students are outlined. It is emphasized, in particular, that an important factor in maintaining the psycho-emotional health of the individual in modern stressful environmental realities is environmental education. In general, the results of a pilot study contribute to the development of scientific foundations of psycho-emotional health of the individual in the age period of early adulthood.

Keywords: students; health; psycho-emotional health; higher education seeker; pilot study.

НЕКОТОРЫЕ ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Кичук Антонина Валерьевна,

кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и практической психологии Измаильского государственного гуманитарного университета.

Измаїл, Україна.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-2657-661X>
tonya82kichuk@gmail.com

Аннотация. Учитывая многоаспектность и сложность проблемы разработки основ психоэмоционального здоровья у студентов высшего учебного заведения (ВУЗ), естественный интерес представляют соответствующие параметры отражения ее прикладных аспектов

через данные, полученные в результате пилотного исследования. Исходя из этого, базой пилотного эксперимента служили шесть отечественных ВУЗов, где осуществляется подготовка будущих специалистов, предпочтения которых связаны с типами профессий «человек-человек», «человек-техника», «человек-знаковая система», «человек-природа», «человек художественный образ». В результате корректного использования некоторых диагностических методик, были установлены оценочные суждения респондентов, относительно содержательного наполнения понятия «психоэмоциональное здоровье» и характера отношения к собственному здоровью в психоэмоциональной сфере; диагностировано своеобразие проявления современным студенчеством эмоций по параметру их модальности; определены детерминанты психоэмоционального здоровья студенческой молодежи и степень их подготовленности к адекватной эмоциональной оценки деятельности и поведения окружающих. Результат анализа научного фонда данной проблематики, в котором прямо или косвенно интерпретируются проблемные вопросы психологического здоровья личности, позволяет констатировать, что психологическое здоровье современных студентов является зоной психолого-педагогических потерь. Это обусловлено как отсутствием теории психологического здоровья человека в юношеском возрасте, так и недооценкой эмоциональной составляющей особенности здоровья современных студентов в психологической сфере. На основе обобщения оценочных суждений респондентов, определены причины отклонений в психоэмоциональном здоровье именно современного студенчества. Акцент сделан, в частности, на том, что важным фактором сохранения психоэмоционального здоровья личности в современных стрессогенных экологических реалиях выступает экологическое образование. В целом результаты проведенного пилотного исследования способствуют разработке научных основ психоэмоционального здоровья личности в возрастной период раннего взросления.

Ключевые слова: студенчество; здоровье; психоэмоциональное здоровье; соискатель образовательного уровня; пилотное исследование.

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] A. O. Prohorov, M. E. Vamullina, V. D. Mendelevich, Psihologiya sostoyanij. Moskva, Rossiya: Kogito-centr, 2011, 623 s.

- [2] V. Voitenko, V. Karpenko, Yu. Medynskiy, M. Mykolaichuk, «Suchasnyi stan psykhiчного zdorov'ia studentskoi molodi: emotsiina, mizhosobystisna ta rolova sfery», Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota, № 11, s. 2–7, 2012.
- [3] O. Miroshnychenko, N. Svitlichna, I. Tabachnyk, «Psykhologo-pedahohichni zasoby formuvannia pozytyvno-diievoho stavlennia do vlasnoho zdorov'ia studentiv», Nauka i osvita, № 3, s. 40–46, 2019.
- [4] M. A. Kuznecov, L. N. Zotova, ZHiznestojkost' i obraz zdorov'ya studentov. Har'kov, Ukraina: Disa plyus, 2017, 398 s.
- [5] T. Kyrylenko, «Emotsiina sfera osobystosti: vektory vyvchennia», Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu im. T. H. Shevchenka, № 1(8), s. 26–29, 2018.
- [6] V. N. Myasishchev, Psihologiya otnoshenij, A. A. Bodaleva, Red; 4-e izd. Moskva, Rossiya: MODEK, 2011, 398 s.
- [7] A. A. Tokman, N. V. Nemchenko, Psykhologhiia sposobu zhyttia. Kyiv, Ukraina: DP Vyd. dim «Personal», 2015, 344 s.
- [8] O. Ya. Chebykin, I. H. Pavlova, Stanovlennia emotsiinoi zrilosti: monohrafiia. Odesa, Ukraina: SVD Cherkasov, 2009, 230 s.
- [9] T. M. Tytarenko, Psykhologichne zdorov'ia osobystosti: zasoby dopomohy v umovakh tryvaloї travmatyzatsii: monohrafiia. Kropyvnytskyi, Ukraina: Umeks-LTD, 2018, 160 s.
- [10] M. V. Savchyn, Zdorov'ia liudyny: dukhovnyi, osobystisnyi i tilesnyi vymiry: monohrafiia. Drohobych, Ukraina: «POSVIT», 2019, 232 s.
- [11] A. Kichuk, «Psykhoemotsiine zdorov'ia suchasnoho studentstva yak resurs zhyttiistykosti», Problems and perspectives of modern science and practice. Abstracts of international scientific and practical conference. Gras; Austria, 2020, p. 258–261.
- [12] P. Klejman, Psihologiya. Lyudi, koncepcii, eksperimenty; per. s angl. O. Medved', V. SHul'pin, Red. Moskva, Rossiya: Mann. Ivan i Feber, 2019, 272 s.

*Стаття надійшла до редакції
14 вересня 2020 року*